

# **esec**

**ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO**

---



INSTITUTO POLITÉCNICO  
DE COIMBRA

Departamento de Educação

Mestrado em Gerontologia Social

## **“Nunca é tarde para Aprender...” – O Impacto do Projeto Letras Prá Vida no quotidiano dos seus participantes**

Denise Alexandra de Jesus Cunha

Coimbra, 2020

**esec**

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO



INSTITUTO POLITÉCNICO  
DE COIMBRA

Denise Alexandra de Jesus Cunha

**“Nunca é tarde para aprender” – O Impacto do Projeto Letras  
Prá Vida no quotidiano dos seus participantes**

Dissertação de Mestrado em Gerontologia Social, apresentada ao Departamento de  
Educação da Escola Superior de Educação de Coimbra para obtenção do grau de  
Mestre

Constituição do júri

Presidente: Prof. Doutor(a) Sofia de Lurdes Rosas da Silva

Arguente: Prof. Doutor(a) Nuno Manuel dos Santos Carvalho

Orientador: Prof. Doutor(a) Silvia Maria Rodrigues da Cruz Parreiral

Fevereiro de 2020



## **Agradecimentos**

Em primeiro lugar, quero agradecer aos meus pais, porque sem eles nada disto seria possível. Obrigada por todos os esforços e sacrifícios para que eu possa ser sempre mais e melhor.

À Professora Doutora Sílvia Parreiral por toda a disponibilidade, atenção e generosidade para comigo.

À Professora Doutora Sofia Silva, por toda ajuda e compreensão.

Ao Projeto Letras prá Vida, na pessoa da Professora Dina Soeiro, por me fazer acreditar que ainda é possível mudarmos o mundo.

A toda a Equipa Maravilha, em particular a da Oficina de Penacova, pelo acolhimento e por todas as partilhas que me fizeram crescer.

A todos os participantes do Projeto.

Aos meus colegas e chefes da Loja KFC Alma Shopping, sem vocês teria sido muito mais difícil.

À Diana Costa, pela amizade, compreensão e paciência nas horas de maior desespero.

Aos meus amigos Arrentelenses por todo o apoio à distância e a todos aqueles que Coimbra me ofereceu – vocês são a família que eu escolhi.

Aos meus colegas de Mestrado, desejo-vos as maiores felicidades!

A TODOS, muito obrigada!



*“Nunca é tarde para aprender,*

*A Penacova viemos ter.*

*Aprender a ler e a escrever,*

*O Letras Prá Vida não vamos esquecer.”*

Participantes do Projeto Letras Prá Vida em Penacova



### **Nunca é tarde para aprender...**

Resumo: Portugal é um dos países da União Europeia com maior taxa de analfabetismo. Nesse sentido, o facto de tantas pessoas serem identificadas como analfabetos, pode levar à sua estigmatização e discriminação social, uma vez que também afeta os papéis que as pessoas assumem ou que lhes são atribuídos.

O Projeto Letras prá Vida, promove a literacia, o empoderamento e a inclusão social através da dinamização de oficinas de alfabetização de adultos.

Participaram neste estudo 15 pessoas com idades compreendidas entre os 50 e os 93 anos, 11 do sexo feminino e 4 do sexo masculino e a média de anos que frequentaram a escola é de 4,1 anos, sendo que 5 participantes nunca a frequentaram.

Através dos resultados obtidos, conseguimos perceber que o Projeto Letras Prá Vida potenciou o aumento da autoestima dos participantes.

**Palavras-chave:** Educação de Adultos, Analfabetismo, Literacia



## **Never too late to learn...**

**Abstract:** Portugal is one of the EU countries with the highest rate of illiteracy. Therefore, contributing to the fact that so many people are identified as illiterate can lead to their stigmatization and social discrimination, as it also affects the roles that people assume and are played by them.

The Project “Letters for Life” promotes literacy, empowerment and social inclusion through the promotion of adult literacy workshops.

Fifteen people between the ages of 50 and 93, 11 females and 4 males, participated in this study. The average number of years of school attendance is 4.1 years, and 5 participants never attended school.

Through the results obtained, we realized that the Letras Prá Vida Project boosted the participants' self-esteem.

**Keywords:** Adult Education, Illiteracy, Literacy

## Índice

<b>Resumo.....</b>	<b>IV</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>V</b>
<b>Lista de abreviaturas.....</b>	<b>X</b>
<b>Índice de tabelas.....</b>	<b>XI</b>
<b>Índice de imagens.....</b>	<b>XI</b>
<b>Introdução.....</b>	<b>1</b>
<b>Cap. I – Enquadramento Teórico</b>	
1. Envelhecimento e Envelhecimento ativo.....	5
1.1.Envelhecimento ativo.....	5
1.2.Autonomia vs Independência.....	6
1.3.Inclusão Social dos Idosos.....	7
2. Aprendizagem ao Longo da Vida.....	8
3. Educação de Adultos.....	9
3.1.Andragogia.....	11
3.2.Aprendizagem Autodirigida.....	11
3.3.Educação de Adultos em Portugal.....	13
3.4.Exemplos de Boas Práticas.....	14
3.4.1. Escola Comunitária de S.Miguel de Machede – Évora.....	14
3.4.2. Pelouro da MaiorIdade – Ílhavo.....	16
3.4.3. Projeto Léria, Letras e Companhia – Condeixa.....	18
4. Literacia e Analfabetismo.....	18
4.1.Analfabetismo.....	18
4.2.Literacia.....	20
5. Paulo Freire e a Educação de Adultos.....	21
5.1.Aprender em Conjunto.....	22
5.2.Seres Inacabados.....	23
5.3.Etapas da Aprendizagem.....	23
<b>Cap. II – O Estágio</b>	
1. Porquê fazer o Estágio?.....	27

2. Instituição de Estágio.....	27
3. Caracterização Sociodemográfica de Penacova.....	29
4. Atividades Realizadas.....	30

### **Cap. III – A Investigação: Opções Metodológicas**

1. Objeto de Estudo e Objetivos.....	39
2. Método de Investigação.....	39
2.1.Amostra da Investigação.....	40
2.2.Instrumentos de Investigação.....	41
2.3.Análise.....	41
2.4.Procedimento.....	42
2.5.Resultados.....	43
2.5.1. Resultados Quantitativos.....	43
2.5.2. Resultados Qualitativos.....	44

### **Cap. IV – Análise e Discussão dos Resultados**

1. Análise e Discussão dos Dados.....	49
1.1.Estudo Quantitativo.....	49
1.1.1. Relação da Participação no Projeto e a Autonomia.....	49
1.1.2. Relação da Participação no Projeto e a Independência.....	50
1.1.3. Relação da Participação no Projeto e a Autoestima.....	51
1.2.Estudo Qualitativo.....	52
1.2.1. Percurso de Vida.....	52
1.2.2. Memórias da Escola.....	54
1.2.3. Inscrição no Projeto.....	56
1.2.4. Nível de Autonomia.....	57
1.2.5. Nível de Independência.....	58
1.2.6. Nível de Autoestima.....	59

<b>Conclusão.....</b>	<b>61</b>
-----------------------	-----------

<b>Bibliografia.....</b>	<b>65</b>
--------------------------	-----------

<b>Anexos.....</b>	<b>69</b>
--------------------	-----------

Anexo I – Questionário.....	XII
Anexo II – Régua de Auxílio ao Questionário.....	XIV
Anexo III – Guião da Entrevista.....	XV
Anexo IV – Transcrição de Entrevistas.....	XVI
Anexo V – Análise das Entrevistas.....	XXV
Anexo VI – Diários de Bordo.....	XXIX
Anexo VII – Exemplo da Planificação das Sessões.....	XXXVIII
Anexo VIII – Exemplo do Relatório de Avaliação da Sessão.....	XL

## **Abreviaturas**

ESEC – Escola Superior de Educação de Coimbra

AVD – Atividades de Vida Diária

AVDI – Atividades de Vida Diária Instrumentais

OMS – Organização Mundial de Saúde

AVC – Acidente Vascular Cerebral

UNESCO – United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

ONU – Organização das Nações Unidas

PNAEBA – Plano Nacional de Alfabetização e Educação de Base dos Adultos

PAII – Plano de Apoio Integrado a Idosos

INATEL – Instituto Nacional para o Aproveitamento dos Tempos Livres

SAD – Serviço de Apoio Domiciliário

ERPI – Estrutura Residencial Para Idosos

## **Tabelas**

Tabela 1 - Caracterização dos participantes no estudo quantitativo.....	pág. 40
Tabela 2 – Teste à distribuição da normalidade.....	pág. 43
Tabela 3 – Categorização das categorias e subcategorias.....	pág. 44
Tabela 4 – Relação entre a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Autonomia dos participantes.....	pág. 49
Tabela 5 – Relação entre a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Independência dos participantes.....	pág. 50
Tabela 6 – Relação entre a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Autoestima dos participantes.....	pág. 51

## **Imagens**

Imagem 1 – Palavra Geradora.....	pág. 31
Imagem 2 – Escrita de textos.....	pág. 32
Imagem 3 – Construção silábica.....	pág. 32
Imagem 4 - Reconhecimento de letras.....	pág. 33
Imagem 5 – Encontrar palavras.....	pág. 33
Imagem 6 – Literacia monetária.....	pág. 34
Imagem 7 – Visita a Coimbra.....	pág. 34
Imagem 8 – Frase escrita por um dos participante do Projeto Letras Prá Vida.....	pág. 59
Imagem 9 - Texto escrito por um dos participante do Projeto Letras Prá Vida.....	pág. 60



## **Introdução**

Com o aumento da esperança média de vida, temos uma população cada vez mais envelhecida. População essa que, com idades acima dos 60 anos, viveu a sua infância e juventude num período histórico marcado pela ditadura em que a passagem pela escola foi muito curta ou não aconteceu de todo. Dessa forma, em pleno sec. XXI, num país da União Europeia, e segundo os Censos de 2011, com uma taxa de analfabetismo de (5,2% da população) (Pordata,2015).

Nesse sentido, o facto de ainda muitas pessoas serem identificadas como analfabetas, pode levar à sua estigmatização e discriminação social, uma vez que dominar (ou não) a escrita e a leitura e saber usá-las (ou não), em diferentes práticas sociais determina de muitas formas os papéis que as pessoas assumem ou lhes são atribuídos.

Este documento relata o estágio efetuado no Projeto Letras Prá Vida, um projeto de intervenção comunitária, que promove a literacia, o empoderamento e a inclusão social através da dinamização de oficinas de alfabetização com pessoas adultas.

No âmbito do nosso estágio, desenvolvemos um projeto de investigação com o objetivo de compreender qual o impacto daquele Projeto na vida dos seus participantes.

O presente trabalho está dividido em quatro capítulos:

No capítulo I, de enquadramento teórico, temos por base o que a literatura de referência nos permite saber sobre a temática que elegemos trabalhar. Iniciamos com uma abordagem ao envelhecimento ativo, de seguida apresentamos o conceito de aprendizagem ao longo da vida e, por fim, o de educação de adultos. Falar em educação de adultos, é falar em Paulo Freire, e nesse sentido, abordamos o seu método e como o mesmo é, ainda hoje, utilizado em algumas partes do mundo.

No capítulo II, apresentamos o estágio, que decorreu, com a nossa presença enquanto membros da equipa de dinamizadores das oficinas de alfabetização de adultos, no âmbito do projeto Letras Prá Vida, na Vila de Penacova. Avançamos com



a caracterização sociodemográfica daquele contexto e apresentamos as atividades que nos propusemos desenvolver durante o tempo de estágio.

O capítulo III, versa sobre o projeto de investigação, onde apresentamos o nosso objeto de estudo e objetivos, indicamos a nossa amostra e respetivo contexto e referimos quais os procedimentos de recolha e análise de dados.

No quarto capítulo apresentamos os resultados e a discussão dos mesmos.

Por fim, é apresentada uma conclusão e toda a bibliografia utilizada.

## **CAPÍTULO I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO**



## **1. Envelhecimento e Envelhecimento Ativo**

O envelhecimento é um processo dinâmico e progressivo, havendo alterações biológicas, psicológicas e sociais. Estas alterações são determinantes na perda de capacidades de adaptação ao meio ambiente, gerando uma maior vulnerabilidade e uma maior incidência de patologias. Com a idade verifica-se uma diminuição das capacidades funcionais, sendo esta uma das mais frequentes patologias associadas à velhice (Ferreira et al., 2012).

A capacidade funcional é definida através da manutenção da capacidade de realizar (ou não) as Atividades de Vida Diária (AVD) e as Atividades de Vida Diária Instrumentais (AVDI), estas atividades, principalmente as AVD's são necessárias para uma vida independente e autónoma, mantendo o idoso participativo na gestão e nos cuidados com a própria saúde e no desenvolvimento de tarefas domésticas. Embora a velhice possa estar associada ao sofrimento, aumento da dependência física, declínio funcional, isolamento social, depressão, etc., é possível viver mais, com uma qualidade de vida melhor, através de um envelhecimento independente e autónomo, com base numa boa saúde física e mental (Ferreira et al., 2012).

### **1.1. O Envelhecimento Ativo**

Segundo Ribeiro e colaboradores (2009), a Organização Mundial de Saúde (OMS), em 2002, define o envelhecimento como “o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas”. Os mesmos autores referem ainda que “o termo ativo refere-se, além da capacidade física e da participação na força de trabalho, ao envolvimento do indivíduo idoso nas questões sociais, económicas, culturais, espirituais e civis” (Ribeiro et al., 2009: 502).

O envelhecimento ativo pretende ser uma redefinição positiva do envelhecimento e da velhice, evocando imagens específicas de vitalidade, atividade, autonomia e independência. Aquele conceito situa-se na base do reconhecimento dos direitos das pessoas idosas, da sua independência, participação, dignidade, atenção e autodesenvolvimento (Mártires, 2015).

Segundo o artigo 7º da Declaração Universal dos Direitos dos Idosos, às pessoas idosas deve ser dada a oportunidade de “permanecerem integradas na sociedade, participando ativamente na formulação e implementação de políticas que afetam diretamente o seu bem-estar e partilhar o seu saber e habilidades com gerações mais jovens” (Pimentel & Silva, 2012: 220).

O conceito de “velhice bem-sucedida” surge pela primeira vez com Havighurst em 1961 (Motta et al., 2005, cit. in Ribeiro et al., 2009: 502), associado a atividades que geram satisfação e que ajudam na prevenção da saúde. Mais tarde, o conceito foi atualizado através de um modelo que ainda hoje domina a literatura gerontológica: o modelo de Rowe e Kahns (1987, cit. in Ribeiro et al., 2009). Na perspetiva destes autores, o envelhecimento bem-sucedido é caracterizado pelo envolvimento ativo com a vida, associado à funcionalidade física e mental, sem a presença de patologias. Este envolvimento compreende as relações sociais e as atividades produtivas, como a relação com os vizinhos; trabalho voluntário; atividades religiosas, etc. Os mesmos autores, identificam ainda três fatores para uma maior produtividade na velhice: saúde física e capacidade funcional; características pessoais, como a escolaridade e a autoeficácia e a participação nas relações pessoais (Rowe & Kahn, 1998, cit. in por Ribeiro et al., 2009).

## **1.2. Autonomia vs Independência**

Segundo Ferreira et al. (2012: 514), a “autonomia pode ser definida como a liberdade para agir e tomar decisões no dia-a-dia, relacionadas à própria vida e à independência.” Podendo também ser vista como a capacidade de executar atividades sem ajuda de outra pessoa.

Por outro lado, e de acordo com Ferreira et al. (2010: 106), a “dependência não é um estado permanente, mas sim um processo dinâmico, cuja evolução pode modificar-se e até ser prevenida ou reduzida, se houver ambiente e assistência adequados.”

No entanto, é importante referir que a autonomia e a independência não são conceitos interdependentes, uma vez que o indivíduo pode ser independente e não ser

autônomo, como acontece na maioria das demências ou ser autônomo e não ser independente, como acontece nos casos dos indivíduos que sofrem com sequelas de um Acidente Vascular Cerebral (AVC), sem alterações cognitivas: neste caso, o indivíduo é autônomo para assumir e tomar decisões sobre a sua vida, mas é dependente fisicamente (Ferreira et al., 2012).

### **1.3. Inclusão Social dos Idosos**

Os objetivos da intervenção social com os idosos podem sintetizar-se de uma forma geral, em três grandes áreas de ação: melhorar as suas condições físicas e cognitivas, aumentar os seus níveis de autonomia e superar limites que eles próprios, a família e a sociedade lhes impõem. Potenciar e melhorar aspetos tão simples como o exercício, a alimentação, o treino de competências cognitivas e a substituição de um estilo de vida passivo, para um estilo mais dinâmico e participado, podem fazer a diferença (Pimentel & Silva, 2012).

A literatura sobre as pessoas idosas refere esta etapa da vida, associada a perdas e deterioração no domínio biopsicológico. Apesar da existência de certas limitações de ordem biológica decorrentes de natureza genética e ambientais, é possível haver conservação de competências e habilidades intelectuais, que podem ser rentabilizadas. A experiência acumulada permite mesmo a alguns idosos alcançar elevados graus de especialização e domínio nos mais diversos campos da atividade humana (Neri, 2001, cit. in Antão, 2012).

O mesmo autor também refere que com o avançar da idade, a pessoa com os saberes acumulados ao longo da vida sobre determinado facto social, comunidade ou época, tanto podem pesar como um fardo, como podem constituir uma riqueza ou uma moeda relacional nas trocas sociais (Neri, 2001, cit. in Antão, 2012).

Estes atributos associados ao idoso, são cada vez menos reconhecidos e valorizados. Antigamente, o idoso, devido à sabedoria adquirida durante os anos de vida, era o guardião e principal transmissor dos valores da cultura herdada pelos seus antepassados. Hoje em dia, a realidade é diferente, as fontes de informação e a sua

disseminação assumem outras proporções e a representação social do idoso não é a mesma (Antão, 2012).

O olhar sobre a imagem dos idosos na sociedade, contribui muitas vezes para que o próprio tenha um autoconceito negativo. A discriminação social faz com que muitos sejam destinados ao isolamento e a uma atitude passiva, comprometendo a sua saúde física, mental e social (Antão, 2012).

Nesse sentido, para que o envelhecimento possa ser efetivamente ativo, temos de nos manter focados e motivados e a aprendizagem ao longo da vida ajuda-nos nessa missão.

## **2. Aprendizagem ao Longo da Vida**

O conceito de aprendizagem ao longo da vida, surge na década de 70 quando Paul Lengrand, ex-responsável pela Divisão de Educação de Adultos do sector de Educação da UNESCO, apresentou um relatório em que reafirma “o direito e a necessidade de cada individuo de aprender ao longo da sua vida (...) e da estreita interligação entre os contextos formais e informais em que a aprendizagem tem lugar” (Eurydice, 2000, cit. in Coimbra, Távora & Vaz, 2012: 30).

No relatório Delors (publicado pela Unesco em 1996), a aprendizagem ao longo da vida é definida como todas as atividades que permitam ao individuo desde a infância até à velhice, adquirir conhecimento do mundo, de si e dos outros (Delors, 1996, cit. in Coimbra, Távora & Vaz, 2012).

No entanto, a aprendizagem ao longo da vida é muitas vezes associada à atividade profissional, no sentido da luta contra o desemprego. Dessa forma, “é tanto um instrumento de realização pessoal e aquisição da capacidade de exercer direitos de cidadania, como de realização de objetivos económicos” (Gass, 1996, cit. in Coimbra, Távora & Vaz, 2012: 30).

Na União Europeia, a aprendizagem ao longo da vida tem como principal objetivo a promoção do trabalho qualificado, e abrange todas as atividades de aprendizagem, deliberada ou não, quer seja formal ou informal, com o objetivo de melhorar os

conhecimentos, as competências e as qualificações (Comissão Europeia, 1999, cit. in Coimbra, Távora & Vaz, 2012). Assim, a aprendizagem ao longo da vida é caracterizada pelos seguintes elementos:

- O individuo aprende ao longo de toda a sua vida;
- Estão envolvidos nesse processo uma gama de competências: gerais, profissionais e pessoais;
- Tanto os sistemas formais de educação e formação, como as atividades não formais organizadas fora desses sistemas, têm um papel a desempenhar no âmbito da cooperação entre os sectores público e privado, especialmente a nível da educação de adultos;
- É colocada a tónica na necessidade de proporcionar uma base sólida durante o ensino básico e despertar no individuo o gosto e a motivação para aprender (Eurydice, 2000, cit. in Coimbra, Távora & Vaz, 2012: 30).

Aprender ao longo da vida indica-nos que não existe idade para aprender, uma vez que toda a nossa existência é uma aprendizagem constante, do mais formal ao mais informal. Nesse sentido, e de forma breve, abordamos a educação de adultos a partir dos seus conceitos básicos e apresentamos alguns projetos de boas práticas de Educação de Adultos em Portugal.

### **3. Educação de Adultos**

A educação de adultos, sempre esteve presente na história da Humanidade, uma vez que desde sempre existiram atividades sociais, culturais e educativas, contudo, Barros (2001, cit. in Guedes & Loureiro, 2016: 8) indica que o conceito formal de educação de adultos aparece pela primeira vez após a II Guerra Mundial, aquando da criação da Organização das Nações Unidas (ONU). Nesse sentido e de acordo com a conferência de Nairóbi em 1976, a UNESCO designou a educação de adultos como

“o conjunto de processos organizados de educação, qualquer que seja o seu conteúdo, o nível e o método, quer sejam formais ou não formais, quer prolonguem ou substituam a educação inicial, dispensada nos estabelecimentos escolares e universitários e sob forma de aprendizagem



profissional, graças aos quais pessoas consideradas adultas pela sociedade de que fazem parte, desenvolvem as suas aptidões, enriquecem os seus conhecimentos, melhoram as suas qualificações técnicas ou profissionais ou lhes dão uma nova orientação, e fazem evoluir as suas atitudes ou o seu comportamento na dupla perspetiva de um desenvolvimento integral do homem e de uma participação no desenvolvimento socioeconómico e cultural equilibrado e independente.” (UNESCO, 1976, cit. in Guedes & Loureiro, 2016: 9).

Vinte anos depois, na Conferência Internacional de Educação de Adultos em 1997, a UNESCO atualiza o conceito referindo que:

“por educação de adultos entende-se o conjunto de processos de aprendizagem, formal ou não, graças ao qual as pessoas consideradas adultas pela sociedade a que pertencem, desenvolvem as suas capacidades, enriquecem os seus conhecimentos e melhoram as suas qualificações técnicas ou profissionais ou as reorientam de modo a satisfazerem as suas próprias necessidades e as da sociedade. A educação de adultos, compreende a educação formal e a educação permanente, a educação não formal e toda a gama de oportunidades de educação informal e ocasional existentes numa sociedade educativa multicultural, em que são reconhecidas as abordagens teóricas e baseadas na prática (...) a cooperação e a solidariedade internacionais vieram reforçar um novo conceito da educação de adultos, que seja, simultaneamente holístico para abarcar todos os aspetos da vida e transetorial para incluir todas as áreas de atividade cultural, social e económica.” UNESCO, 1998, cit. in Guedes & Loureiro, 2016: 9).

Apesar do conceito de educação de adultos só se ter difundido após a criação da ONU, em 1920, o educador norte-americano Eduard Lindmann (1885-1953) reforçava “a necessidade de valorizar o adulto enquanto indivíduo portador de uma experiência de vida e de conhecimentos sobre o mundo.” (Guedes & Loureiro, 2016: 12). Posteriormente, nos anos 50, o também educador americano Malcolm Knowles

(1913-1997) dá um novo sentido e designação à educação de adultos, no qual propõe um modelo andragógico de educação, separando-o definitivamente do modelo pedagógico. De acordo com o mesmo autor “a andragogia é a arte de ensinar adultos, sendo um modelo de educação que busca compreender o adulto dentro da escola, rompendo com os padrões apresentados pela pedagogia.” (Knowles, 1973, cit. in Guedes & Loureiro, 2016: 12).

### **3.1. Andragogia**

O termo Andragogia surgiu pela primeira vez em 1833, através da obra do pedagogo alemão Alexander Kapp, contudo foi Malcolm Knowles, na década de 70 do séc. XX, que difundiu o mesmo conceito. Consiste em conhecer melhor o adulto, para que seja possível encontrar técnicas e ferramentas para orientar cada indivíduo, tendo em conta as suas necessidades e motivações. Através da Andragogia é possível encontrar novos fundamentos sobre a aprendizagem ao longo da vida (Beck, 2018).

É necessário considerar que a experiência é a fonte mais rica para a educação de adultos, uma vez que estes são mais motivados a aprender, de acordo com as suas necessidades e interesses. Dessa forma, o modelo andragógico baseia-se nos seguintes princípios:

- A experiência é a base da aprendizagem;
- Indicar qual o motivo pelo qual se realizam as aprendizagens;
- Entender a aprendizagem como uma resolução de problemas;
- Contextualizar os conceitos para alguma aplicação concreta e de utilidade real;
- Encarar o público-alvo como adultos que são, e como tal capazes de se autodirigir (Nogueira, 2004).

### **3.2. Aprendizagem autodirigida**

A aprendizagem autodirigida é um modelo no qual o próprio indivíduo identifica as suas necessidades de estudo. Este método foi popularizado por Malcolm Knowles. Para este autor, os adultos são potenciais aprendizes autónomos, uma vez que podem ser ativos na construção do processo de aprendizagem, ao tomarem as suas próprias

decisões. Knowles (1975, cit. in Souza, Rodrigues, Filho & Gomes, 2017), desenvolveu uma primeira abordagem da aprendizagem autodirigida, indicando que a mesma pode ser entendida como um processo em que o formando identifica as suas necessidades, estabelece as suas metas, procura os recursos necessários (humanos e materiais) e faz uma monitorização e avaliação da sua aprendizagem.

No entanto, apesar desta abordagem servir de referência, mais tarde, alguns autores, concluíram que este método pode ser entendido de outras formas.

De acordo com Candy (1991, cit. in Souza et al. 2017) a aprendizagem autodirigida não pode ser vista apenas como um processo, mas como uma manifestação contínua das características pessoais dos formandos. Este autor indica que é o formando que estabelece a meta de aprendizagem a ser cumprida, através do desenvolvimento de capacidades individuais como a dedicação e a autonomia.

Para Brockett & Hiemstra (1991, cit. in Souza et al. 2017) a aprendizagem autodirigida deve ser entendida como um macro fenómeno, englobando aspetos internos e externos. Numa terceira abordagem ao método, estes autores indicam que o formando autodirigido depende da formação de um contexto social, através da interação com outros formandos e com recursos físicos e virtuais. Estes autores ainda indicam que o formando autodirigido tem a capacidade de encontrar os seus próprios objetivos, de modo a aprender através de um processo onde os resultados das experiências vividas é o que define se o formando adquire ou não a autonomia.

Mais tarde, e com o aumento das tecnologias nos ambientes de aprendizagem, Teo et al. (2010, cit. in Souza et al. 2017) indicam que as características representadas nas abordagens anteriores, são mais notórias nos formandos autodirigidos, quando estes utilizam as tecnologias, tais como computadores, tablets, smartphones, para além das ferramentas educacionais, como aplicações e ambientes colaborativos de aprendizagem.

No ver de Canário (2008), após a II guerra mundial, alguns países começaram a ter uma maior atenção com a educação de adultos, com o propósito de elevar as taxas

de alfabetização (Guedes & Loureiro, 2016). Entre esses países podemos encontrar Portugal.

### **3.3. Educação de Adultos em Portugal**

Em Portugal, temos assistido ao envelhecimento da sua população, como resultado do decréscimo da natalidade e do aumento da esperança média de vida. Segundo os Censos de 2011, a população residente no nosso país era de 10 555 853 indivíduos, sendo a proporção de mulheres maior que a dos homens (52,1% e 47,9%, respetivamente). Da população residente, os indivíduos com mais de 65 anos eram de 1 874 209, sendo que 58,2% desse número era constituído por mulheres. E a proporção de mulheres continua à frente à medida que aumenta a idade: as mulheres representam 54% da população de 65 a 69 anos e representam 67% da população com mais de 85 anos (Pordata, 2018).

Só após a Constituição da República de 1976, se verificou uma nova visão relativamente à terceira idade, contemplada no artigo 72º que defende “uma política de integração dos idosos na comunidade e a sua manutenção no domicílio” (Velo, 2007, cit. in Velo & Rocha, 2016: 7). Esta mudança é visível na implementação de novas medidas sociais, nomeadamente o apoio domiciliário, a construção de centros de dia, de centros de convívio e a mudança dos asilos para lares de idosos (Velo, 2011, cit. in Velo & Rocha, 2016). É também por esta altura que surge o Plano Nacional de Alfabetização e Educação de Base dos Adultos (PNAEBA), do Ministério da Educação, que tem como principal objetivo reduzir o analfabetismo, dando aos adultos o acesso à escolaridade obrigatória e articular esta educação formal de base com a educação popular e a educação profissional (Canário, 2000, cit. in Velo & Rocha, 2016).

Após a adesão à União Europeia, houve um crescendo nas políticas para os idosos. Entre 1991 e 1993 existe um intercâmbio de projetos, ao abrigo do I Programa Comunitário de apoio às pessoas Idosas. Em 1994, numa parceria entre os Ministérios da Saúde e do Trabalho e Segurança Social, surge o Plano de Apoio Integrado a Idosos (PAII), que durante as diversas edições desenvolveu alguns projetos como os passes para a terceira idade, o serviço de tele-alarme, o centro de apoio a dependentes, a

formação de recursos humanos e a saúde e termalismo sénior (estes são geridos pelo INATEL, mas financiados pelo PAII) (Veloso, 2011, cit. in Veloso & Rocha, 2016).

Após a viragem do século foi criado o Plano Nacional para a Inclusão (PNAI), que passou a englobar o PAII e continuou a promover projetos direcionados à população sénior. Também se registaram alterações de acesso à reforma por velhice (Cardoso et al., 2012, cit. in Veloso & Rocha, 2016).

Atualmente os programas indicados anteriormente já não se encontram ativos, contudo alguns dos projetos iniciados continuam a beneficiar os mais velhos: o serviço de apoio domiciliário (SAD), os centros de convívio, os centros de dia e noite, as estruturas residenciais e os centros de férias e lazer.

De seguida apresentamos alguns projetos que se fazem em Portugal na área da Educação de Adultos. Estes projetos, enquanto boas práticas de educação de adultos, foram apresentados no II Encontro de Educação de Adultos Pró Vida, na localidade de Condeixa, a 7 dezembro de 2018.

### **3.4. Exemplos de alguns projetos e Boas Práticas de Educação de Adultos em Portugal<sup>1</sup>**

#### **3.4.1. Escola Comunitária de São Miguel de Machede – Évora<sup>2</sup>**

Em 1998, a SUÃO – Associação para o Desenvolvimento Comunitário de São Miguel de Machede, fundou a Escola Comunitária. O funcionamento desta escola assenta no modelo de aprendizagem Programa de Apoio ao Desenvolvimento da Capacidade de Aprendizagem (PADéCA), é um método de aprender a aprender concebido pelo Prof. Dr. Jean-Berbaum da Universidade de Grenoble (Berbaum, 1998). Este modo de aprendizagem utiliza uma abordagem flexível de natureza sócio afetiva e procurando promover a confiança e o autoconhecimento ativo de cada aluno sobre a sua forma de aprender, partindo do pressuposto de que todos somos diferentes.

---

<sup>1</sup>Apresentamos alguns exemplos de projetos e boas práticas de Educação de Adultos em funcionamento em Portugal e que estiveram representados no II Encontro Adultos Pró Vida, Condeixa, 7 de dezembro de 2018

<sup>2</sup> Machede, S. A. (2008). Escola Comunitária de S. Miguel de Machede. Obtido de: [www.suao.pt/escola\\_comunitaria.htm](http://www.suao.pt/escola_comunitaria.htm)

Assim, procura encontrar a forma de agir particular de cada aluno sem o submeter à pressão de ter de aprender por meios massificados. O aluno é ajudado a identificar, reconhecer e desenvolver os seus talentos inatos, adquirindo ferramentas internas para lidar com as dificuldades e a frustração. O modelo PADéCA, desenvolve o autoconhecimento, a autonomia, o espírito de iniciativa, a imaginação e o trabalho pelo recurso à criatividade.

Na escola comunitária, todas as atividades de aprendizagem giram em volta de quatro vértices fundamentais:

- A promoção de atitudes positivas face à aprendizagem com instrumentos de desenvolvimento humano e de relação interpessoal;
- A construção de projetos de aprendizagens inclusivos;
- A gestão comunitária de situações de aprendizagem;
- A autoavaliação positiva

Neste momento, a escola comunitária possui as seguintes atividades e projetos:

- ✓ O museu comunitário

Trata-se de um espaço de comunicação entre os habitantes da terra e os que vivem fora; entre os mais velhos e os mais novos. O museu é uma realidade episódica, já que só acontece quando se propicia uma comemoração ou uma data simbólica. Deste modo, a cultura da comunidade fica preservada e passa para as gerações mais novas.

- ✓ O serão do sermão

Ocorre no auditório da escola, num ambiente familiar, e são abordados temas atuais como o ambiente (onde se explica o que é a reciclagem) ou outros assuntos pertinentes na vida da comunidade. Por norma, este serão é a parte teórica de uma outra atividade mais prática, como uma visita de estudo ou trabalho de campo. Os oradores são, quase sempre, pessoa da terra.

- ✓ As visitas de estudo

Assumem algum conteúdo educativo referente a uma atividade do gosto da comunidade. Inicia-se com a realização de uma sondagem, de modo a perceber-se onde

é que os participantes querem ir. Depois, um grupo de jovens desloca-se ao local escolhido para fazer o “reconhecimento” do mesmo e recolhendo algumas imagens. Posteriormente, existe todo um trabalho de pesquisa e análise sobre o local a visitar. Os guias são os jovens, enquanto os guiados são os menos jovens. Uns aprendem com os outros.

✓ O gabinete da papelada

É um espaço de solidariedade e desde janeiro de 1999, que se alguém tem algum problema que não consiga resolver pode recorrer a este gabinete. O problema fica registado e é enviado a um jovem estudante ou trabalhador em Évora. Desta forma, a pessoa fica com o problema resolvido e o jovem aprende a tratar de assuntos mais burocráticos. No fim, fica a solidariedade inter-geracional dentro da comunidade.

✓ A janela do coração

É uma valência da escola comunitária que tem como objetivo assegurar a toda a população, um espaço de prevenção e auto-controlo da saúde. A medição da tensão arterial e dos diabetes, são uma das principais atividades que desenvolvem, em estreita colaboração com a médica de família.

### **3.4.2. Pelouro da Maior Idade – Ílhavo<sup>3</sup>**

A maior idade é uma das áreas de intervenção da Câmara Municipal de Ílhavo, que tem como destinatários principais a população com mais de 60 anos, com o principal e mais importante objetivo manter os seniores do município mais ativos e mobilizados para a sua vida comunitária.

Este pelouro procura proporcionar aos idosos um conjunto de oportunidades de valorização integral do seu tempo, tirando um maior proveito da fase mais madura da vida, sendo que todas as aprendizagens e partilhas dos idosos contribuem para o enriquecimento e o desenvolvimento do município.

---

<sup>3</sup> Ílhavo, C. M. (2016). Pelouro da Maior Idade. Obtido de Câmara Municipal de Ílhavo: [www.cm-ilhavo.pt/pages/396?news\\_id=2679](http://www.cm-ilhavo.pt/pages/396?news_id=2679)

Dessa forma, ao longo de todo o ano são dinamizados um conjunto de projetos e iniciativas, muitas em parceria com outras instituições do município, das quais se destacam:

✓ Projeto TeatralIDADES

O Teatro musical, é uma forma de teatro que combina canto, dança e representação trazendo benefícios na formação e no crescimento pessoal e cultural dos indivíduos. Neste âmbito, a Câmara Municipal de Ílhavo promove sessões de teatro musical sénior, onde se incluem dinâmicas de teatro e exercícios de canto e expressão corporal com o intuito de autoconhecimento das potencialidades da pessoa idosa. Por forma a enriquecer a formação são ser chamados, pontualmente, outros profissionais ligados à área da música e teatro. Os resultados destas sessões são apresentados em diferentes iniciativas municipais.

✓ Espaços Maior Idade

Grupo que através de intervenções e instalações artísticas pretende desmistificar os preconceitos relativos à idade, proporcionando o encontro de mais de 100 seniores, entre outubro e julho, por três momentos semanais, em três freguesias diferentes, alternando entre o espaço físico destinado à dinâmica e espaços comunitários. Soluciona problemas como a solidão, perda de cidadania, desinteresse pela vida, envolvendo-os em dinâmicas para promover um envelhecimento produtivo e participativo, desmistificar preconceitos associados a velhice, mantendo a mente do idoso ativa, valorizando a criatividade, levando o idoso a expor ideias e a melhorar as suas aptidões. Para tal, são propostas/desenvolvidas atividades produtivas, que desmistificam o preconceito relativo às pessoas idosas, propondo a participação em Festivais de Música, Teatro, Circo, Ilustração, festivais estes com incidência nacional

✓ Idoliadas – a arte da Maior Idade.

O projeto tem vindo a reunir os idosos, as instituições e a comunidade envolvente, desenvolvendo trabalhos específicos nas áreas do teatro, música, dança, arte plástica e na criação de um vídeo promocional de cada instituição participante.



✓ **Vocação Maior**

Permite aos idosos preencherem a ocupação dos seus tempos livres com diversas tarefas / Atividades nas mais diversas vertentes, tais como social, cultural e intergeracional que vão ao encontro dos seus interesses e potencialidades;

### **3.4.3. Projeto Lérias, Letras e Companhia - Condeixa<sup>4</sup>**

Este projeto surgiu da necessidade de atrair a população mais envelhecida de Condeixa à biblioteca municipal, de forma a estabelecer laços duradouros que permitissem potenciar o desenvolvimento cultural e social da comunidade envolvente.

Em 2014 realizou-se a primeira sessão do projeto, através de sessões de convívio que valorizem as boas experiências de leitura e que promovem, simultaneamente, a difusão do conhecimento e a valorização do património local. Neste momento, o grupo conta com 40 idosos que são maioritariamente reformados e residentes em lar de idosos.

Este projeto decorre na primeira terça-feira de cada mês, às 14:30h, na Biblioteca Municipal Eng. Jorge Bento, em Condeixa e a entrada é gratuita.

Mais do que um clube de leitura ou do que um grupo de discussão, gerou-se um grupo de amigos, de cidadãos ativos, que têm em comum o gosto pelas palavras, pela cultura, pela sua terra, pelas pessoas, pela vida.

## **4. Literacia e Analfabetismo**

### **4.1. Analfabetismo**

Por analfabetismo entende-se o facto do indivíduo não conhecer o significado das letras do alfabeto, nem os símbolos que representam os nomes. Analfabetos, são indivíduos que não conseguem de todo ler, escrever e calcular. No sentido contrário, alfabetizado corresponde ao indivíduo saber ler, escrever e calcular e de compreender

---

<sup>4</sup> II Encontro Adultos Prá Vida, Condeixa, 7 de dezembro de 2018

uma exposição breve e simples, relacionada com a sua vida quotidiana (Girod, 1997, cit. in Gomes, 2002: 15).

O fenómeno do analfabetismo é um problema de cariz social, cultural, religioso e político, não sendo uma opção pessoal dos indivíduos (Canário, 1999; Freire, 1992; Lahire, 1999, cit. in Cavaco, 2016:54). Os adultos que estão nesta condição (de analfabetos) não têm competências de leitura e escrita, o que os coloca em situação de desigualdade no acesso à informação, pondo em causa o seu exercício de cidadania no dia-a-dia, nas situações que exigem o domínio das competências indicadas (Cavaco, 2016).

Em 1960, o analfabetismo começou por ser sinalizado nos países mais pobres, onde a frequência do ensino obrigatório não era assegurada à totalidade das crianças. Segundo Canário (1999, cit. in Cavaco, 2016: 55), a “geografia do analfabetismo coincide com a geografia da pobreza e da ausência de desenvolvimento”, uma vez que, em alguns países do norte, as taxas de analfabetismo são nulas ou com valores muito residuais (1% a 2%), enquanto que, em alguns países do sul, estes valores podem ser superiores a 70%, como é o caso do Burquina Faso (72,3%), do Afeganistão (72,9%) e do Sudão do Sul (73%).

De acordo com os Censos de 2011, em Portugal a taxa de analfabetismo é de 5,2% (499 936 pessoas) sendo a sua maior prevalência entre as mulheres (6,8%), comparativamente aos homens (3,5%). Contudo, estes valores não são novidade, uma vez que Portugal, por diversas razões, sempre teve baixos índices de escolaridade, senão vejamos: em 1890, 76% da população portuguesa era analfabeta, ao contrário, por exemplo da população alemã e dinamarquesa que, nessa altura, 67% e 58%, respetivamente, já detinham a escolaridade obrigatória (Candeias, 1993, cit. in Jacob, 2015).

Nos anos 80, com o pedido de adesão à então Comunidade Económica Europeia (CEE), as diferenças entre Portugal e os restantes países foram, intencionalmente, encobertas dos discursos político (Cavaco, 2016). Contudo, desde o início dos anos 80 (1981) até aos últimos Censos (2011), a taxa de analfabetismo tem vindo a diminuir gradualmente: em 1981, era de 18,6%, em 1991 estava nos 11%, em

2001 nos 9% e em 2011 era de 5,2% (Pordata, 2018). Os estudos também nos dizem que a maioria dos iletrados tem mais de 65 anos (23,4% em 2017) (Pordata, 2018).

A ausência de políticas públicas orientadas para a alfabetização de adultos tem contribuído para a invisibilidade do analfabetismo, uma vez que se trata de uma problemática que se mantém ausente do domínio político, social e científico (Sousa Santos, 2007, cit. in Cavaco, 2016: 60). Até há bem pouco tempo, a tendência era acreditar-se que o problema do analfabetismo se resolveria de forma natural, uma vez que, e se a maior taxa de analfabetismo se encontra entre os idosos, a mesma diminui de forma diretamente proporcional à taxa de mortalidade (Cavaco, 2016).

#### **4.2. Literacia**

A literacia no seu sentido mais lato é a capacidade que os indivíduos têm de ler, escrever e fazer cálculos. Estas competências são essenciais na vida de qualquer pessoa, não apenas para poder aprender mais, mas também para poder entender e envolver-se no mundo que as rodeia. Coisas simples que determinam o nível de independência e autonomia de qualquer um.

Em 1979, Lyman definiu a literacia como “a habilidade de compreender matérias, ler criticamente, usar materiais complexos e aprender por si mesmo.” (Lyman, 1979, cit. in Lopes, 2014: 81).

Em Portugal, este conceito aparece em meados dos anos 90, pela mão de Ana Benavente, através do estudo intitulado: “A Literacia em Portugal: Resultados de uma pesquisa extensiva e monográfica”. Neste documento, a literacia aparece definida como “as capacidades de processamento de informação escrita na vida quotidiana. Trata-se das capacidades de leitura, escrita e cálculo com base em diversos materiais escritos, de uso corrente na vida quotidiana.” (Benavente, Rosa, Costa & Ávila, 1996: 4).

Nesse sentido, Benavente e colaboradores (1996), permite-nos entender que:

- ✓ O perfil de literacia de uma população não é algo constante;

- ✓ O perfil de literacia de uma população não é algo que possamos verificar através dos níveis de escolaridade;
- ✓ A literacia não é válida para sempre;
- ✓ Os níveis de literacia devem ser avaliados de acordo com as capacidades de desempenho de diversas funções sociais.

Assim, e de modo a podermos avaliar as competências de literacia, adotamos os seguintes tipos de tarefas:

- Leitura e interpretação de textos em prosa, nomeadamente artigos de jornais, revistas e livros;
- Identificação e uso de informação em documentos, como quadros, gráficos e índices;
- Aplicação de operações numéricas a informação contida em material impresso, como um horário, um livro de cheques ou um anúncio.

Podemos verificar que este conceito é muito amplo e transversal, constituindo-se, por um lado como uma condição básica de pensamento e, por outro lado como base para uma cidadania e participação na esfera pública.

Tendo em conta os níveis de literacia do nosso país, onde ainda existem muitos idosos que não sabem ler nem escrever, parece fazer sentido toda a cultura onde a pessoa nasce, cresce, vive e morre. As suas lembranças passam pelo que ouviram, viram, fizeram e memorizaram.

Nesta linha, falamos de educação de adultos, mas não o podemos fazer sem que tenhamos como referência Paulo Freire e o seu método que, como podemos constatar, ainda se encontra atual.

## **5. Paulo Freire e a Educação de Adultos<sup>5</sup>**

Existem dois grandes momentos na histórica pedagógica do Brasil e de toda a América Latina: antes de Paulo Freire e depois da presença de Paulo Freire, o qual foi

---

<sup>5</sup> Paulo Freire, o mentor da educação para a consciência. (1 de outubro de 2008). Obtido de Nova Escola: <http://novaescola.org.br/conteudo/460/mentor-educacao-consciencia>

um dos primeiros incentivadores da educação popular, consolidando o paradigma de cortar com a educação feita para as elites (Feitosa, 1999).

Paulo Freire (1921-1997) foi um educador brasileiro que ficou conhecido principalmente pela alfabetização de adultos, através de um pensamento pedagógico assumidamente político. Para este autor, o maior objetivo da educação é consciencializar o aluno, ou seja, levar o aluno a entender a sua condição de oprimido e a agir em função da própria libertação. A prática de Paulo Freire contrastava com o ensino das escolas formais, o qual foi por ele qualificado de educação bancária, e no qual o professor deposita o conhecimento no aluno e este apenas o recebe. Freire dizia que enquanto a escola formal procurava acomodar os alunos ao mundo, a sua educação tinha como intenção inquietá-los (Pereira, s. d.).

O seu método, desenvolvido na década de 1960, como uma estratégia para a alfabetização de adultos, possui uma fundamentação humanista, ao ver na educação um ato criador, na medida em que proporciona ao indivíduo, autonomia, consciência crítica e capacidade de decisão (Feitosa, 1999).

### **5.1. Aprender em conjunto**

Paulo Freire contrariava a ideia de que ensinar é apenas transmitir saber, uma vez que, para ele, o professor tem como missão, a criação e/ou a produção de conhecimentos, levando os alunos a conhecer os conteúdos, mas não como verdade absoluta. Segundo ele “os homens se educam entre si, mediados pelo mundo”, uma vez que os alunos, alfabetizados ou não, chegam à escola levando uma cultura que não é melhor nem pior do que a do professor. Dessa forma, na sala de aula, os dois lados aprenderão juntos, um com o outro, privilegiando as relações afetivas e democráticas, garantindo que todos tenham a possibilidade de se expressar (Pereira, s. d.).

Para Paulo Freire, a valorização da cultura do aluno é fundamental, nesse sentido é necessário a identificação de palavras do vocabulário dos alunos – palavras geradoras. Estas palavras devem ser palavras presentes no quotidiano dos indivíduos,

por exemplo “tijolo”. Se se tratarem de operários da construção civil essa é uma palavra muito usada por essa comunidade.<sup>6</sup>

O facilitador da aprendizagem mostrará a palavra juntamente com a imagem que ela representa, e passa-se ao momento em que a palavra geradora – “Tijolo” – é desdobrada em sílabas, permitindo o estudo de todas as situações que possam ocorrer durante a leitura e a escrita.<sup>7</sup>

Ainda hoje o método das palavras geradoras é utilizado com sucesso, em programas de alfabetização em diversos países do mundo.

## **5.2. Seres inacabados**

Para Paulo Freire não era apenas o facto de tornar a aprendizagem mais rápida e acessível, mas habilitar o aluno para “ler o mundo”. Segundo ele: “trata-se de aprender a ler a realidade (conhecê-la) para em seguida poder reescrever essa realidade (transformá-la)”. Paulo Freire concebia a ideia de que tudo está em permanente transformação e interação, o que implica a concepção do ser humano como um ser inacabado e, por isso, sempre pronto a aprender, particular e nomeadamente os professores que, segundo ele, necessitam de uma formação rigorosa e permanente (Pereira, s. d.).

## **5.3. Etapas de aprendizagem**

Na teoria de Paulo Freire, podemos distinguir três momentos-chave para a aprendizagem:

1. O professor deve perceber o conhecimento do aluno, de modo a trazê-lo para a sala de aula e assim avançar no ensino dos conteúdos;
2. Explorar questões relativas aos temas em discussão, permitindo ao aluno a construção da sua visão crítica da realidade;
3. O conteúdo já se encontra trabalhado, o que deve sugerir ações para ultrapassar algum impasse (Pereira, s. d.).

---

<sup>6</sup> Paulo Freire, o mentor da educação para a consciência. (1 de outubro de 2008). Obtido de Nova Escola: <http://novaescola.org.br/conteudo/460/mentor-educacao-consciencia>

<sup>7</sup> Paulo Freire, o mentor da educação para a consciência. (1 de outubro de 2008). Obtido de Nova Escola: <http://novaescola.org.br/conteudo/460/mentor-educacao-consciencia>

Podemos verificar que os conceitos de aprendizagem ao longo da vida, educação de adultos e envelhecimento ativo se complementam entre si, uma vez que, para o envelhecimento ser efetivamente ativo, teremos que apostar na aprendizagem ao longo da vida, para que nos possamos manter motivados, empenhados e animados. Através da aprendizagem ao longo da vida, chegamos à Educação de Adultos que nos aparece como uma aprendizagem formal ou não formal, de modo a dar oportunidade aos adultos de atingirem os seus objetivos ao nível da sua escolaridade.

No capítulo seguinte, vamos abordar o estágio efetuado no Projeto Letras Prá Vida e as atividades realizadas no mesmo.

## **CAPÍTULO II – O ESTÁGIO**





## **1. Porquê fazer estágio?**

No segundo ano do Mestrado em Gerontologia Social, existem três opções para poder finalizar o mesmo: fazer um estágio curricular e/ou um projeto de investigação ou um projeto de intervenção. Optámos por seguir para o estágio, de modo a compreender melhor, no terreno, quais as maiores dificuldades que poderemos encontrar, uma vez que o mesmo nos dá uma visão mais realista do mercado de trabalho e das vicissitudes inerentes.

Contudo, entendemos que o estágio fica mais completo se também tivermos algo para investigar. Assim, tendo em conta o projeto que esteve na base do nosso estágio, apresentaremos de seguida o respetivo processo investigativo.

## **2. Instituição de Estágio**

Com a decisão de fazer o estágio, era necessário encontrar uma instituição para o mesmo. No primeiro ano, na unidade curricular de Gerontologia Educativa, a professora Dina Soeiro e a Professora Doutora Sílvia Parreiral, falaram-nos no projeto Letras Prá Vida. Trata-se de um projeto de intervenção comunitária, promovido pela Escola Superior de Educação de Coimbra (ESEC), que dinamiza oficinas de alfabetização através de atividades de promoção da leitura e da escrita, baseadas nas necessidades quotidianas das pessoas.

O Projeto iniciou-se em 2015, com uma parceria entre a ESEC e o Município de Condeixa. Posteriormente, em 2017, de modo a diversificar a oferta e a responder à comunidade, iniciaram-se as oficinas de literacia digital: Teclas Prá Vida, em Belide (Condeixa-a-Nova). Na mesma altura, o projeto expandiu-se para Vila Nova de Poiares, a partir de uma parceria entre a Associação ICreate, o Município de Vila Nova de Poiares e as Juntas de Freguesia (Sоеiro, Silva, Silva, Parreiral & Carvalho, 2017).

Entre os objetivos, o projeto Letras Prá Vida visa: promover as literacias digital, funcional, com e para os media, familiar, para a saúde, cultural, social e política, a igualdade de oportunidades de aprendizagens; a capacitação e o empoderamento; a autoestima e a autoeficácia; a participação e a inclusão social; oportunidades de

aprendizagem intergeracional; a partilha, reflexão e investigação em educação de adultos (Soeiro & Parreiral, 2018).

Embora seja um projeto em expansão, neste momento conta com cerca de 180 participantes, organizados em 13 grupos com diferentes tipos de literacia, com idades entre os 20 e os 95 anos. Estes grupos são compostos maioritariamente por mulheres. No entanto são muito heterogéneos, uma vez que entre os seus participantes encontramos pessoas de etnia cigana, imigrantes, idosos institucionalizados e não institucionalizados, alguns dos quais com demência em fase inicial e com necessidades educativas especiais. Reúnem-se uma vez por semana, em vários lugares, dias e horários.<sup>8</sup>

Neste projeto, estão envolvidos mais de 50 colaboradores, entre professores, voluntários e estudantes com diferentes especializações: gerontologia social, animação socioeducativa, educação de adultos, psicologia, comunicação social, entre outros. Todos os colaboradores têm formação em alfabetização de adultos, promovida pela ESEC, no âmbito do projeto.

Este projeto utiliza uma metodologia não formal de valorização da literacia da vida, através de planificações e avaliações flexíveis e participadas, onde cada pessoa conta. As dinâmicas andragógicas compreendem atividades de leitura e escrita, planeadas e avaliadas de uma forma flexível e participativa e desenvolvidas com afetividade. Utiliza uma pedagogia de autonomia e de esperança através do método de Paulo Freire. Tem como “slogan” Alfabetização com o Coração porque embora “ancorada teoricamente, este projeto prima pela valorização dos afetos na promoção da literacia (...) contribuindo para a ambição de Paulo Freire: «criação de um mundo em que seja menos difícil amar» (Freire, 2006: 23)” (Soeiro, Silva, Silva, Parreiral & Carvalho, 2017: 71).

Realizar o estágio no Projeto Letras Prá Vida, pareceu-nos claro desde a primeira vez que tivemos contacto com o mesmo (na Unidade Curricular de Gerontologia Educativa, do Mestrado em Gerontologia Social). Este projeto entusiasmou-nos desde

---

<sup>8</sup> ESEC – Projeto Letras Prá Vida: <https://www.esec.pt/investigar-transferir/transferencia-de-conhecimento/letras-pra-vida>

o início, quer pela apresentação do mesmo por parte das suas coordenadoras, quer pelos seus objetivos, e também porque podíamos aliar a nossa formação de base, em Ciências da Educação, ao Mestrado em Gerontologia Social, uma vez que a temática da aprendizagem ao longo da vida é um tema constantemente abordado, e nada melhor do que trabalhar na prática, aquilo que aprendemos na teoria e verificar em tempo real a evolução de todos os participantes e participar também nessa evolução. Após algumas reuniões com as professoras coordenadoras do projeto, achámos por bem ficar alocadas à oficina que decorreu, em Penacova, de março a junho de 2019.

### **3. Caracterização sociodemográfica de Penacova**

A Vila de Penacova, situa-se no distrito de Coimbra, na província da Beira Litoral, na região do Centro e sub-região do Baixo Mondego. O Município de Penacova é limitado a norte pelos municípios de Mortágua e Santa Comba Dão (Viseu), a leste por Tábua, a sueste por Arganil, a sul por Vila Nova de Poiares, a oeste por Coimbra e a Noroeste pela Mealhada (Aveiro) (Atividade Económica, 2017). Tem uma área de 220km<sup>2</sup> distribuída por 8 freguesias e uma população de 14887 habitantes, distribuídos pelas seguintes faixas etárias:

- 0 aos 14 anos – 1740 indivíduos (13,78%)
- 15 aos 24 anos – 1452 indivíduos (14,12%)
- 25 aos 64 anos – 8001 indivíduos (51,8%)
- 65 anos ou mais – 3694 indivíduos (20,3%)

Relativamente ao nível de escolaridade, a população está distribuída da seguinte forma:

- Sem escolaridade – 2286 indivíduos
- Ensino pré-escolar – 339 indivíduos
- 1ºCEB – 4741 indivíduos
- 2ºCEB – 1570 indivíduos
- 3ºCEB – 643 indivíduos
- Ensino Secundário – 619 indivíduos
- Ensino Superior – 339 indivíduos

Ao nível da atividade económica, o concelho de Penacova tem o seu maior tecido empresarial nos setores tradicionais da atividade económica nacional – 75% do emprego e do volume de negócios das empresas penacovensenses concentram-se nas áreas de comércio por grosso e a retalho, construção, indústrias transformadoras e transportes e armazenagem.

No sector primário, a agricultura é praticada em pequenas explorações familiares e a tempo parcial, sendo uma fonte de rendimento importante. As culturas de vinha e oliveira assumem algum significado, principalmente para o mercado local e constituindo uma fonte de rendimento extra para o agregado familiar agrícola. A silvicultura é a maior fonte de riqueza do concelho. A floresta é uma fonte de matéria-prima para diferentes atividades industriais, mas também é um recurso económico para as famílias, onde predominam espécies como o pinheiro-bravo, eucalipto e a acácia. Neste sentido, existem no concelho unidades industriais ligadas à exploração de madeiras, nomeadamente serrações, carpintarias e fábricas de móveis. A apicultura também tem alguma expressão em algumas zonas do concelho. Todos os anos, na época de S. Martinho, realiza-se a feira do Mel e do Campo, onde os produtores de mel de Penacova são convidados a participar (Atividade Económica, 2017).

No sector secundário, predominam as pequenas empresas de construção e obras públicas e é a atividade económica que mais pessoas emprega no concelho. De salientar também as empresas de indústria transformadora, o artesanato e outras atividades tradicionais (Atividade Económica, 2017).

No sector terciário, salientamos o comércio e os serviços, nos quais destacamos o comércio por grosso e a retalho, os transportes e a armazenagem. A Câmara Municipal é um importante empregador neste sector, bem como os serviços existentes no concelho de Penacova e na cidade de Coimbra, dada a proximidade existente (Atividade Económica, 2017).

#### **4. Atividades realizadas**

Às estagiárias no Projeto Letras prá Vida, foi-nos proposto que integrássemos a equipa de dinamizadores das oficinas e que planificássemos e desenvolvêssemos as

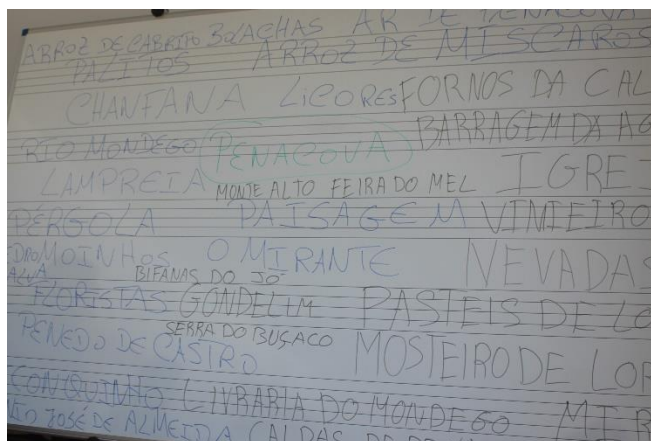
atividades das sessões. De semana para semana as oficinas eram planejadas em função das situações, das vontades e desejos que os participantes iam manifestando em quererem abordar. Todas essas questões eram partilhadas e anotadas pela equipa que, no final de cada sessão reúne para redigir o relatório da sessão e para anotar os conteúdos que integrarão a planificação da (ou das) sessão(ões) seguinte(s).

A oficina de Penacova, decorreu entre março e junho, todas as quartas feiras entre as 10h e as 12h, alternando entre a Biblioteca Municipal de Penacova e a Casa do Povo de Penacova, e entre as 14:30h e as 16:30h no lar da Santa Casa da Misericórdia de Penacova, num total de 12 sessões.

Durante a duração da oficina, foram várias as atividades desenvolvidas:

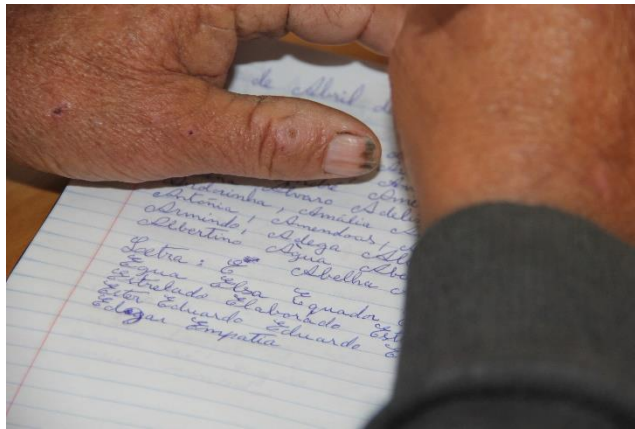
Através de uma palavra, os participantes encontraram outras palavras. Esta palavra inicial é chamada de “Palavra Geradora”, de acordo com o método utilizado por Paulo Freire, e convém que seja transversal à maioria dos participantes.

### **Imagem 1 – Encontrar outras palavras através da “Palavra Geradora” PENACOVA**



Alguns dos participantes tinham alguma escolaridade e por isso mais facilidades na escrita, nesse sentido, a esses participantes foi proposto que em algumas sessões escrevessem textos subordinados ao respetivo tema da sessão.

## Imagem 2 – Escrita de textos



Uma vez que as oficinas têm sempre em conta as necessidades/dificuldades dos participantes, foi também necessário desenvolver uma atividade de construção silábica, de modo a que os participantes conseguissem encontrar palavras utilizando as respetivas sílabas.

### Imagem 3 – Construção silábica



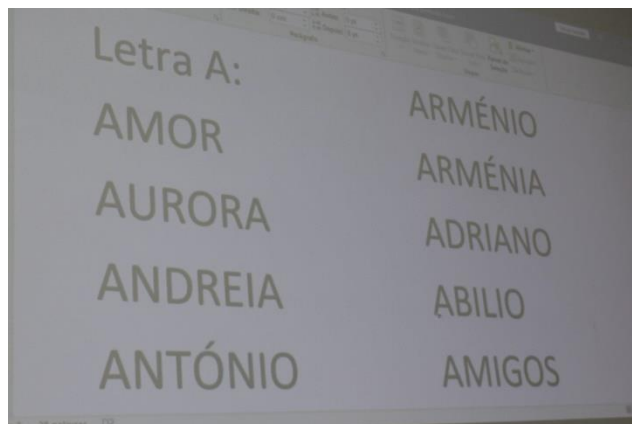
Para se conseguir avaliar a evolução dos participantes foi importante encontrar uma atividade para se poder aferir essa evolução. Dessa forma, em algumas sessões efetuou-se o reconhecimento das letras que, ou já tínhamos trabalhado ou que os participantes já soubessem.

**Imagem 4 – Reconhecimento das letras**



De modo a trabalhar-se também a parte mais tecnológica, utilizou-se o computador e o retroprojektor, para que através das letras projetadas, cada participante indicasse uma palavra iniciada pela respetiva letra.

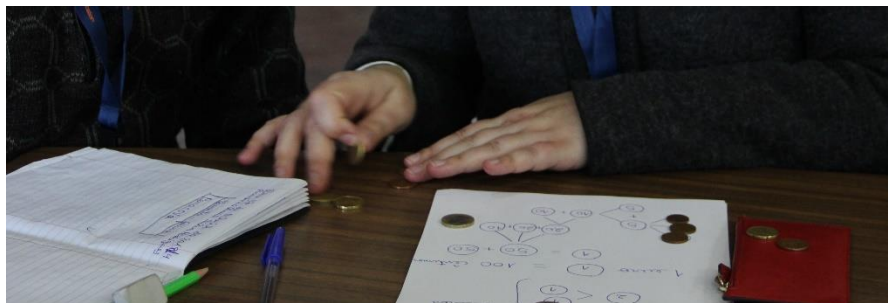
**Imagem 5 – Encontrar palavras com a mesma inicial com recurso ao computador**



De acordo com o que foi solicitado por parte de um dos participantes, em algumas sessões trabalhou-se a literacia monetária, de modo a que os participantes conseguissem perceber o valor das moedas.



**Imagem 6 – Literacia Monetária**



De modo a sairmos do espaço das sessões e também de modo a que os participantes pudessem de alguma forma exercitar-se fisicamente, realizou-se uma visita à cidade de Coimbra, que também funcionou como uma viagem ao passado, uma vez que esta cidade está intimamente ligada com a vida ativa da maioria dos participantes. Visitou-se o Museu Nacional de Machado de Castro, o Parque Verde do Mondego e a Universidade de Coimbra, nomeadamente, a Capela Real de S. Miguel e a Sala dos Capelos.

**Imagem 7 – Visita à Cidade de Coimbra**



Para o desenvolvimento destas atividades foram utilizados, o método expositivo e interrogativo, o método ativo e participativo, o trabalho de grupo e individual. Foi também utilizada a metodologia participativa, ativa e personalizada, que teve em conta as especificidades de cada participante, de acordo com as suas competências de leitura

e escrita e também segundo as suas competências sociais e pessoais, sendo toda a metodologia baseada no método de Paulo Freire.

A planificação das sessões foi flexível, uma vez que foram sendo planeadas tendo sempre em conta as necessidades, dificuldades e evolução dos participantes. Algumas vezes a planificação foi feita com a colaboração dos participantes.

O grupo de participantes que frequentava a oficina de manhã era mais homogêneo, uma vez que quase todos os participantes tinham algumas noções de leitura e escrita. Na oficina da tarde, como o grupo era maior, havia também mais heterogeneidade, havendo participantes com algumas noções básicas de leitura e escrita e outros participantes sem nenhuma dessas competências.

A equipa manteve sempre um número de dinamizadores suficiente para permitir um trabalho de maior proximidade com os participantes, e em média foi variando entre 5 (o número mínimo para um grupo entre 12 e 15 participantes) e 7 elementos. Nestas oficinas de Penacova as equipas foram garantidas com a presença rotativa das professoras Dina Soeiro e Sílvia Parreiral; e mais permanente de Rita Leonardo, Margarida Brito, Estrela Silva, Paula Silva e Paula Gonçalves, técnicas da Câmara Municipal de Penacova; Tatiana Andrade, voluntária no projeto; Andreia Henriques, estagiária e aluna do 3ºano da Licenciatura em Comunicação Social, Maria Inês Brito, estagiária e aluna do 3ºano da Licenciatura em Animação Socioeducativa, Diana Costa, voluntária e aluna do 2ºano da Licenciatura em Animação Socioeducativa e Denise Cunha, estagiária a desenvolver o projeto e aluna do 2ºano do Mestrado em Gerontologia Social. Esta diversidade de áreas de formação na equipa de formação é uma mais valia, uma vez que todos temos sentimentos e perceções diferentes, que se completam e enriquecem a abordagem aos participantes.



### **CAPÍTULO III – A INVESTIGAÇÃO: Opções Metodológicas e Procedimentos**



## **1. Objeto de estudo e Objetivos**

O estudo que desenvolvemos, tendo por base o nosso projeto de investigação, incidiu sobre os participantes do projeto Letras Prá Vida, na oficina de Penacova, uma vez que através deles procurámos alcançar os seguintes objetivos:

- Perceber qual o impacto do projeto na vida dos participantes, ao nível da sua autoestima;
- Compreender em que medida o projeto melhorou a vida dos participantes ao nível da sua independência e autonomia.

## **2. Método de Investigação**

Inicialmente pensamos em utilizar uma metodologia quantitativa no nosso estudo, uma vez que a mesma ia ao encontro dos nossos objetivos iniciais. A investigação quantitativa é um método de pesquisa que utiliza técnicas estatísticas e tem como principal objetivo encontrar relações entre variáveis. (Cruz, 2017)

Contudo, e após a decisão de realizar entrevistas a alguns participantes, percebemos que seria interessante e rico recolher alguns dados qualitativos que nos permitiriam refletir mais profundamente os dados quantitativos. Neste tipo de metodologia privilegia-se o contexto material como fonte direta dos dados, sendo o investigador o principal elemento de recolha de dados, enquanto observador do que quer investigar (Bogdan & Biklen, 1994). Este método proporciona um relacionamento mais extenso e flexível entre o investigador e os entrevistados, contemplando uma visão holística, uma vez que os indivíduos são vistos como um todo e estudados numa base histórica (Bogdan & Biklen, 1994).

Nesta linha situámos a nossa metodologia numa abordagem mista, uma vez que à semelhança de outros autores (Cronbach et al., 1980; Miles & Huberman, 1994; Reichardt & Cook, 1974, cit. in Bogdan & Biklen, 1994), considerámos que as entrevistas semiestruturadas, para além do inquérito por questionário, permitiriam uma abordagem mais completa ao nosso estudo.

## 2.1.Amostra da investigação e o seu contexto

Neste estudo participaram 15 pessoas, com idades compreendidas entre os 50 e os 93 anos, de nacionalidade portuguesa. A grande maioria dos participantes são do sexo feminino (11 mulheres e 4 homens), e a maior parte dos participantes frequentou a escola numa média de 4,1 anos. De assinalar que 5 participantes nunca frequentaram a escola.

A maioria dos participantes encontra-se inserida numa resposta social (5 em ERPI e 10 em Centro de Dia), sendo que 2 participantes não institucionalizados foram sinalizados pelos parceiros do projeto para participarem no mesmo.

A tabela abaixo representa exatamente a caracterização dos participantes:

**Tabela 1 - Caracterização dos participantes**

Participante	Sexo	Escolaridade	Tempo	Institucionalizado
1	Feminino	Não	-	Sim – Centro de Dia
2	Masculino	Sim	10anos	Sim – Centro de Dia
3	Feminino	Não	-	Não – Comunidade
4	Feminino	Sim	4anos	Sim – Centro de Dia
5	Feminino	Sim	3anos	Sim – Centro de Dia
6	Masculino	Sim	4anos	Sim – Centro de Dia
7	Feminino	Sim	4anos	Sim – Centro de Dia
8	Feminino	Sim	1ano	Sim – Centro de Dia
9	Masculino	Sim	4anos	Sim – Centro de Dia
10	Feminino	Não	-	Não – Comunidade
11	Feminino	Não	-	Sim – ERPI
12	Masculino	Sim	6anos	Sim – ERPI
13	Feminino	Não	-	Sim – ERPI
14	Feminino	Sim	3anos	Sim – ERPI
15	Feminino	Sim	3anos	Sim – ERPI

## **2.2.Instrumentos de recolha de dados**

Para efeitos de recolha de dados, todos os participantes do projeto responderam a um questionário, baseado na Escala de Bem-Estar Psicológico (Ryff – 18) (Ryff, 1987; Ryff & Keys, 1995; Novo, Silva & Peralta, 1997, 2004) (Anexo I), com a finalidade de recolher alguma informação demográfica relevante (idade, sexo e escolaridade) e recolher também alguma informação acerca da autoestima e autonomia/independência dos participantes, bem como perceber qual o impacto que o projeto Letras Prá Vida teve na sua vida.

Posteriormente, foi realizada uma entrevista semiestruturada (Anexo III), de modo a reunir e complementar as informações e os dados relativos aos objetivos da investigação. Não obstante, ao longo da duração de toda a oficina, foi efetuada uma observação participante, e contantes registos no nosso diário de bordo (Anexo VI), que nos permitiu verificar a evolução dos participantes, à medida que as sessões iam decorrendo. No diário de bordo, registávamos todas as nossas perceções e sentimentos, bem como todos os elementos que nos permitiram perceber o processo evolutivo dos participantes, e a informação relatada pela equipa dinamizadora, através dos relatórios de avaliação efetuados no final de cada sessão (Anexo VIII).

## **2.3.Análise dos Dados Recolhidos**

Relativamente à análise dos dados recolhidos através do questionário, estes foram inseridos numa base de dados criada com recurso ao programa IBM SPSS Statistics (versão 25). Por sua vez, o conteúdo das entrevistas foi analisado recorrendo a uma análise de conteúdo de verificação, em que centrámos o nosso interesse nas hipóteses de partida. A análise de conteúdo trata-se de uma técnica de investigação metodológica com a finalidade de descrever e interpretar o conteúdo das entrevistas. Para Bardin (2011: 42) o termo análise de conteúdos, designa “um conjunto de técnicas de análise das comunicações que visa obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/receção (variáveis inferidas) destas mensagens”.



Laureano (2011), diz-nos que através da estatística indutiva, é possível retirar conclusões com base nos elementos observados (amostra) e descritos. Desta forma a estatística permite obter generalizações aplicáveis a indivíduos que não tenham sido observados. Os testes de hipóteses visam testar suposições que são efetuadas sobre a população.

#### **2.4. Procedimento**

A oficina de alfabetização em Penacova, teve início no dia 13 de março de 2019. Só após algumas sessões (de modo a podermos ter alguma relação com os participantes), foi efetuado o questionário, baseado na Escala de Bem-Estar Psicológico (Ryff-18), no dia 17 de abril. Tarefa que aproximadamente 3 sessões a completar. De referir que todos os participantes foram convidados a participar na investigação e todos os que participaram fizeram-no de forma totalmente voluntária. Para auxiliar nas respostas, criou-se uma régua (Anexo II) baseada nas cores dos semáforos, onde o verde correspondia à resposta “Concordo Totalmente” e o vermelho correspondia à resposta “Discordo Totalmente”.

Tendo por base a nossa questão de partida: “Qual o impacto do Projeto Letras Prá Vida na vida dos participantes, nomeadamente ao nível da Autonomia, da Independência e da Autoestima, todas as variáveis foram classificadas e os objetivos traçados, chegando-se posteriormente às respetivas hipóteses estatísticas:  $H_0$ (Hip. nula): não existe uma relação estatisticamente significativa entre as variáveis autonomia, independência e autoestima e a participação no projeto e a  $H_1$  (Hip. alt.): existe uma relação estatisticamente significativa entre as variáveis autonomia, independência e autoestima e a participação no projeto.

Para isso, através do teste não paramétrico de ajustamento à distribuição normal de Shapiro-Wilk, verificámos, através de uma variável quantitativa, se a sua distribuição é normal. Este é o teste de aderência à normalidade mais robusto quando se tem pequenas amostras ( $n < 50$ ).

Após a realização dos questionários, foram selecionados 2 participantes do sexo feminino, inseridas numa resposta social de Centro de Dia, com idades entre os 80 e

88 anos, para a realização das entrevistas, as quais decorreram entre os dias 15 e 22 de maio. Mais uma vez a participação foi totalmente voluntária. As mesmas foram gravadas e transcritas (Anexo IV) e o seu conteúdo foi alvo de análise (Anexo V). Posteriormente procedeu-se ao tratamento dos resultados, à sua discussão e respetivas conclusões.

## **2.5.Resultados obtidos**

Neste ponto apresentamos os resultados obtidos com o tratamento de toda a informação recolhida através dos questionários e das entrevistas realizadas.

### **2.5.1. Resultados Quantitativos**

Foi nosso propósito analisar o tipo de relação existente entre a participação no projeto Letras Prá Vida e os níveis de autonomia, independência e autoestima revelados pelos sujeitos que inquirimos. Para esse efeito, e tendo por base as hipóteses que estabelecemos:  $H_0$  (Hipótese nula) referente à não existência de relação estatisticamente significativa entre a frequência do projeto letras prá vida e a autonomia, independência e autoestima dos participantes;  $H_1$  (Hipótese alternativa) relativa à existência de uma relação estatisticamente significativa entre a frequência do projeto letras prá vida e a autonomia, independência e autoestima dos participantes, efetuámos toda a análise estatística usando o software IBM Spss Statistics (versão 25) para um nível de significância de 5%.

Uma vez que a participação no Projeto Letras prá Vida é uma variável quantitativa contínua e que os participantes constituem uma amostra pequena ( $n=15$ ), para se verificar o pressuposto da normalidade, aplicou-se o teste (de aderência à normalidade) de Shapiro-Wilk (Tabela 2).

**Tabela 2 – Teste à distribuição da normalidade**

Teste de Normalidade – Shapiro-Wilk			
(Letras prá Vida)	Estatística	Df	p.
Autonomia	0,640	6	0,001
Independência	0,729	4	0,024
Autoestima	0,640	6	0,001

Podemos verificar, na tabela acima que o p value em todas as variáveis é inferior a .05, pelo que não existem evidências estatísticas para se afirmar que a participação no Projeto Letras prá Vida não segue uma distribuição normal (SW (15) =0,640; 0,729; 0,640).

### 2.5.2. Resultados Qualitativos

Relativamente aos resultados qualitativos e através da realização das entrevistas, foi nosso objetivo poder explorar quais os níveis de autonomia, independência e autoestima dos participantes e também quais as motivações que os levaram a inscrever-se no projeto, bem como as suas expectativas para o mesmo.

Na tabela 3, apresentamos as categorias e subcategorias de análise, que entendemos corresponderem melhor aos discursos dos participantes entrevistados.

**Tabela 3 – Categorização das categorias e subcategorias de análise**

<b>Categorias</b>	<b>Subcategorias</b>
4.1.1 Percurso de Vida	i. Contexto de origem ii. Mudanças iii. Trabalho
4.1.2 Memórias da Escola	i. Tempo de escola ii. Medo de ir à escola iii. Discriminação de género iv. Falta de professores v. Gosto pela escola vi. Regresso à escola
4.1.3 O Projeto Letras Prá Vida	i. Inscrição no Projeto ii. Aprender mais iii. Espectativas
4.2.1 Nível de Autonomia	i. Gerir o dinheiro ii. Ir ao médico
4.3.1 Nível de Independência	i. Execução de tarefas diárias

4.4.1 Nível de Autoestima	i. Gosto pela vida
---------------------------	--------------------



## **Capítulo IV – ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS**



## 1. Análise e Discussão dos Dados

Neste quarto capítulo, focamo-nos na análise e na discussão dos resultados obtidos. Inicialmente apresentamos os dados relativos ao estudo quantitativo e de seguida mostramos os dados correspondentes ao estudo qualitativo.

### 1.1. Estudo Quantitativo

#### 1.1.1. Relação entre a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Autonomia

Para avaliarmos a relação entre a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Autonomia dos participantes, e uma vez que nenhuma das variáveis segue uma distribuição normal, aplicou-se o teste ao coeficiente de correlação de Spearman.

**Tabela 4 – Tabela da relação entre a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Autonomia dos participantes**

Correlações				
			Autonomia	Letras_prá_vida
rô de Spearman	Autonomia	Coeficiente de Correlação	1,000	,034
		Sig. (2 extremidades)	.	,903
		N	15	15
	Letras_prá_vida	Coeficiente de Correlação	,034	1,000
		Sig. (2 extremidades)	,903	.
		N	15	15

Através dos resultados na tabela acima, podemos verificar que não existem evidências estatísticas para se afirmar que a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Autonomia estão relacionadas ( $\rho_{(15)}=0,034$ ; - pvalue=0,903), pelo que não se verifica qualquer influência da participação no Projeto Letras Prá Vida na Autonomia dos participantes.

Segundo a OMS (2005), a autonomia é a capacidade de controlar e tomar decisões pessoais de como se deve viver, de acordo com as suas regras e preferências. No entanto, mais tarde, um estudo de Perez et al (2010, cit. in Missias-Moreira,



Teixeira & Novaes, 2014), tratou o termo autonomia de uma forma mais ampliada, considerando os problemas ambientais, sociais, culturais e económicos, dessa forma, estes autores entenderam que a autonomia não é apenas a ausência da dependência física, mas que é diretamente influenciada pelo ambiente físico em que o indivíduo está inserido, podendo determinar a dependência funcional ou não do mesmo (Missias-Moreira, Teixeira & Novaes, 2014).

Nesse sentido, através dos resultados obtidos, pode perceber-se que os participantes, ao longo de toda a sua vida, foram arranjando mecanismos de defesa para colmatar a limitação da pouca escolaridade. Dessa forma, a participação no Projeto Letras Prá Vida, não tem impacto significativo ao nível da autonomia, uma vez que nesta fase da vida de pouco serve, tendo em conta que os participantes se habituaram a viver e a contornar essa dificuldade durante toda a vida.

### 1.1.2. Relação entre a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Independência

A nível estatístico e de modo a verificarmos a relação entre a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Independência dos seus participantes, também foi utilizado o teste ao coeficiente de correlação de Spearman, uma vez que também esta variável não segue uma distribuição normal.

**Tabela 5 – Tabela da relação entre a participação no Projeto Letras Prá Vida e a independência dos participantes**

Correlações				
			Independência	Letras_Prá_Vida
rô de Spearman	Independência	Coeficiente de Correlação	1,000	-,397
		Sig. (2 extremidades)	.	,143
		N	15	15
	Letras_Prá_Vida	Coeficiente de Correlação	-,397	1,000
		Sig. (2 extremidades)	,143	.
		N	15	15

Através dos resultados na tabela acima, podemos verificar que não existem evidências estatísticas para se afirmar que a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Independência estão relacionadas ( $\rho_{(15)} = -0,397$ ;  $p\text{-value} = 0,143$ ), pelo que não se verifica qualquer influência da participação no Projeto Letras Prá Vida na Independência dos participantes.

De acordo com a OMS (2005), entende-se por independência, a capacidade de executar funções relacionadas com a vida diária, a capacidade de viver independente na comunidade, com pouca ou nenhuma ajuda dos outros. Gratão et al (2013, cit. in Missias-Moreira, Teixeira & Novaes, 2014), indica-nos que a independência está diretamente relacionada com a capacidade do indivíduo para desenvolver AVD's sem ajuda ou auxílio. Dessa forma, a capacidade funcional, vai além da capacidade funcional de realização de tarefas quotidianas, estando relacionada com a manutenção das atividades mentais e a possibilidade de socialmente ser um indivíduo integrado e incluído (Missias-Moreira, Teixeira & Novaes, 2014).

Desta forma, através dos resultados pode-se perceber que a participação no Projeto Letras Prá Vida não tem influência direta nas atividades do quotidiano dos participantes, pelo que também podemos afirmar que a mesma participação, também não tenha influência direta na independência dos seus participantes.

### **1.1.3. Relação entre a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Autoestima**

Através da análise estatística, nesta variável, utilizou-se o teste ao coeficiente de correlação de Spearman, uma vez que a mesma não segue uma distribuição normal.

**Tabela 6 – Tabela da relação entre a participação no Projeto Letras Prá Vida e a autoestima dos participantes**

Correlações				
			Aceitação	Letras_Prá_Vida
	Aceitação	Coeficiente de Correlação	1,000	,572*
		Sig. (2 extremidades)	.	,026
		N	15	15

rô de Spearman	Letras_Prá_Vida	Coefficiente de Correlação	,572*	1,000
		Sig. (2 extremidades)	,026	.
		N	15	15

Através dos resultados na tabela acima, podemos verificar que existem evidências estatísticas para se afirmar que a participação no Projeto Letras Prá Vida e a Autoestima estão relacionadas ( $\rho_{(15)} = 0,572$ ; -  $p\text{-value} = 0,026$ ), pelo que se verifica que a participação no Projeto Letras Prá Vida tem influência na Autoestima dos participantes.

Por autoestima, entende-se o sentimento e a consideração que uma pessoa sente por si própria, ou seja, o quanto ela gosta de si, como se vê e o que pensa de si própria. É composta por sentimentos de competência e autoconfiança, que reflete a nossa capacidade de lidar com os desafios da vida. A presença de uma autoestima positiva, leva o indivíduo a sentir-se confiante, adequado à vida, competente e merecedor, sentimentos que são indispensáveis para uma vida satisfatória (Chaim, Izzo & Sera, 2009).

Nesse sentido, e através dos resultados obtidos, verificamos que a participação no Projeto Letras Prá Vida, tem impacto direto na autoestima dos participantes, uma vez que toda a vida arranjam maneiras e alternativas para ultrapassar a limitação da pouca escolaridade, e finalmente conseguem aprender a escrever o seu nome, o nome dos filhos e/ou dos netos, e isso tem um grande impacto em todos os participantes.

## 1.2. Estudo Qualitativo

### 1.2.1. Percurso de Vida

Neste ponto, a questão central prende-se em perceber qual o percurso de vida que o participante teve, bem como a sua relação com a escola. Como percurso de vida entende-se um conjunto de acontecimentos e etapas marcantes que fundamentam a vida de uma pessoa. O percurso, na maioria das vezes, determina as opções de vida das pessoas. Nesse sentido, através da informação recolhida chegou-se a 3 categorias: i) Contexto de origem; ii) Mudanças; iii) Trabalho; iv) Frequência da Escola

- i) Contexto de origem

Nesta subcategoria pretende-se perceber qual o contexto em que o participante nasceu e perceber se isso foi determinante na construção das expectativas de vida:

*“Ervideira de Pedrógão Grande, concelho e freguesia.” (E1)*

*“Para dizer onde é que eu nasci. Eu nasci na Granja do Pinheiro...” (E2)*

Neste contexto, ambos os participantes nasceram em meio rural e em plena época de ditadura, em famílias com muitas carências socioeconómicas, o que pode estar na origem da baixa escolaridade.

## ii) Mudanças

Através desta subcategoria, deseja-se entender se as mudanças territoriais tiveram algum impacto na vida dos participantes

*“Vivi lá até aos 22 anos e depois mudei-me para o concelho de Penacova.” (E1)*

*“...o meu falecido pai era de Lisboa, de Vila Franca de Xira e quando ia ver a minha mãe, às vezes ia com o meu irmão visitá-la e dizia-lhe assim: Eu agora vou para Lisboa e não volto cá.” (E2)*

*“Depois tinha 7 anos quando fui para a Paradela, Paradela do Lorvão, que era um bocadinho mais longe do que a nossa casa.” (E2)*

Toda a nossa vida é constituída por mudanças, algumas benéficas outras nem tanto. Percebemos que houve aqui uma mudança do meio rural para um ambiente mais citadino, talvez na tentativa de um melhor emprego e posteriormente uma vida melhor.

## iii) Trabalho

Neste contexto, esta categoria ajuda a perceber qual a fonte de rendimento do participante e do seu agregado familiar

*“Doméstica. (...) Toda a vida...” (E1)*

*“agente vivia dos palitos, mas com 7 anos eu fui guardar um rapazito lá na terra...” (E2)*

O trabalho é a fonte de rendimento de qualquer agregado familiar, no entanto, podemos verificar que os trabalhos descritos, se tratavam de trabalhos pouco qualificados, o que pode querer dizer pouco ou nenhum rendimento.

### 1.2.2. Memórias da Escola

Esta dimensão comporta um conjunto de situações e experiências vividas pelo participante, relativas à sua frequência na escola. Encontra-se dividida em 6 categorias: i) tempo de escola; ii) medo de ir à escola; iii) discriminação de género; iv) falta de professores; v) gosto pela escola e vi) regresso à escola

#### i) Tempo de escola

Nesta subcategoria, o principal enfoque é perceber qual o tempo que os participantes frequentaram a escola, caso o tenham feito:

*“Não! Nunca frequentei a escola nenhuma.” (E2)*

*“3 anos! Fiz a 3ª classe e depois não quis fazer a 4ª classe.” (E1)*

Como podemos perceber a frequência da escola foi pouca ou nenhuma, o que pode ser normal, uma vez que à data de frequência da escola pelos entrevistados, a mesma não era obrigatória e ter filhos a estudar era “um luxo” só ao alcance de muito poucos.

#### ii) Medo de ir à escola

Através desta categoria pretende perceber-se se os participantes tinham receio de frequentar a escola:

*“a minha professora era muito má, batia-me muito. A mim e a todos os alunos. Chegamos todos a trazer o nosso corpinho todo negro.com hematomas na cabeça e tudo porque ela...pronto. Passava os alunos todos os anos, mas pronto batia-nos de modo a enfiar-nos tudo na cabeça.” (E1)*

Através deste testemunho podemos perceber que à época, os professores também tinham muita influência no abandono escolar. O facto de o método de ensino estar centrado no professor e deste ter livre arbítrio para fazer o que desejasse, levava a que muitas crianças optassem por sair.

#### iii) Discriminação de género

Neste contexto pretende perceber-se se a discriminação de género influenciou a frequência, ou não, da escola:

*“Mas também as mulheres e raparigas naquele tempo não iam à escola, porque diziam que as raparigas não precisavam de aprender. Olhe...uma tristeza! E não eram obrigadas a ir para a escola...” (E2)*

Como podemos perceber, o género dos nossos entrevistados teve influência direta na sua não frequência escolar, uma vez que à época, as meninas “não precisavam” de ir à escola, uma vez que o futuro delas passava por serem domésticas e mães de família.

iv) Falta de professores

Esta categoria, tem como objetivo perceber se a falta de professores, à época, poderá ter influenciado a frequência, ou não, da escola:

*“Não. Nesse tempo não havia sequer professores, em Trigueira havia uma escola.” (E2)*

Nesta categoria, voltamos a perceber que o facto dos nossos entrevistados serem oriundos do meio rural, toldou de alguma forma a frequência, ou não, da escola.

v) Gosto pela escola

Através desta categoria pretende entender-se se os participantes gostavam de frequentar a escola:

*“...para já eu não gostava de andar na escola” (E1)*

Neste testemunho podemos perceber que, à época, a escola não era um lugar onde as crianças se sentissem protegidas ou estimuladas a aprender, o que fazia com que a maioria desistisse e fosse aprender um ofício para trabalhar.

vi) Regresso à escola

Neste contexto, o objetivo é compreender se os participantes voltaram à escola posteriormente e por que razões o fizeram:

*“Sim fiz até à 3ª classe e depois com 25 anos, 25, 26, fiz o exame da 4ªclasee aqui já em Penacova, para tirar a carta de condução.” (E1)*

*“andeí mais tarde aqui numa escola que a Câmara também deu e eu ainda fui lá uns meses, mas elas não ensinavam nada. As pessoas que lá andavam sabiam ler, algumas,*

*porque outras também não sabiam, mas algumas sabiam. E davam uma folha a elas e davam-me uma folha igual a mim, alguns estavam para fazer a 4ª classe, outros a 3ª classe e assim. E eu andei lá algum tempo, ainda aprendi a fazer o A E I O U” (E2)*

Nesta categoria, percebemos que já na idade adulta, os participantes decidiram, por vontade própria, regressar à escola, por motivações muito próprias e diversas. Percebemos também que a educação de adultos tem muitas lacunas e que nem sempre vai ao encontro das aspirações dos participantes.

### **1.2.3. Inscrição no Projeto Letras prá Vida**

Nesta dimensão pretende-se compreender quais os motivos que levaram o participante a inscrever-se no Projeto Letras Prá Vida e perceber quais as expectativas em relação ao mesmo. Está dividida em 2 categorias: i) aprender mais; ii) expectativas.

#### **i) Aprender mais**

Nesta categoria, o objetivo foi perceber quais os desejos dos participantes no Projeto Letras prá Vida, os quais referem que vêm:

*“para aprender mais um bocadinho daquilo que sabia.” (E1)*

Conseguimos compreender, através deste testemunho que o objetivo maior dos participantes do projeto era aprender mais do que aquilo que sabiam, independentemente do nível de escolaridade e independentemente d que já sabiam.

#### **ii) Expectativas**

Quanto às expetativas que os participantes apresentam sobre a sua participação nas oficinas, é comum afirmarem que gostam e que esperam principalmente alguma companhia e uma atividade diferente das que estão habituados a participar, quer em contexto de centro de dia, quer em contexto de comunidade.

*“Eu estou a gostar” (E2)*

Na verdade, o Projeto Letras prá Vida procura ir ao encontro das expetativas dos participantes, tendo por base e foco principal a pessoa, que se traduz num acompanhamento individual e personalizado a todos os participantes.

#### 1.2.4. Nível de Autonomia

Por autonomia entende-se a capacidade do indivíduo se governar pelos próprios meios e tomar decisões livremente. Nesse sentido, procurou-se entender qual o nível de autonomia dos participantes do projeto, nomeadamente na gestão das Atividade de Vida Diárias Instrumentais (AVDI). Esta categoria encontra-se dividida em 2 categorias: i) gerir o dinheiro e ii) ir ao médico

##### i) Gerir o dinheiro

Nesta categoria pretende perceber-se, se a gestão do dinheiro é efetuada pelo participante em questão ou por terceiros:

*“Dinheiro ainda sou eu! (...) O dinheiro eu dirijo só que nem sequer o posso levantar. Quando eu abri a conta, assinei com o dedo, porque é que agora não pode continuar a ser com o dedo?” (E2)*

*“Sim, sim, sim, por enquanto...bom, tenho uma pessoa que me ajuda muito. Mesmo para levantar dinheiro” (E1)*

Podemos verificar que a gestão financeira dos participantes é executada pelos mesmos, embora tenham a necessidade de ajuda de terceiros, nomeadamente para o levantamento de dinheiro, uma vez que a baixa literacia (digital) não permite o uso das caixas multibanco.

##### ii) Ir ao médico

Neste contexto o objetivo é compreender se o participante vai ao médico sozinho ou acompanhado:

*“Por enquanto ainda vou sozinha, porque tenho o médico de família lá em S. Pedro de Alva” (E1)*

Através deste testemunho conseguimos perceber que apesar da pouca autonomia em algumas tarefas, esta atividade de vida diária instrumental, mantém-se preservada.

#### 1.2.5. Nível de Independência

O conceito de independência diz-nos que se trata da capacidade de executar as tarefas diárias sem precisar da ajuda de terceiros, uma vez que, com o avançar da idade podem



existir algumas tarefas diárias mais difíceis de executar. Nesse sentido, através das entrevistas efetuadas, procurou-se saber qual o nível de independência dos participantes do projeto, nomeadamente ao nível das Atividades de Vida Diária (AVD). Através das respostas recolhidas encontrou-se 1 categoria: i) execução das tarefas diárias.

i) Execução das tarefas diárias

Através desta categoria pretende perceber-se se os participantes executam as suas tarefas diárias:

*“eu estou a pagar para me darem banho, para me lavarem a roupa, para me fazerem isso tudo, mas por enquanto, só precisei quando eu tive o acidente, que caí da varanda abaixo, é que precisei, mas depois recuperei e pouco a pouco vou fazendo tudo.” (E1)*

*“Só às vezes é que preciso de comprar uma frutinha, porque da Fundação nunca mandam a mesma e eu gosto de comer uma maçãzinha. Mas também tenho que comprar papel higiénico e papel para a cozinha, comprar um detergente para a casa.” (E1)*

*“Ainda ontem comprei um amaciador para a roupa e um pacotinho de pensos higiénicos daqueles diários, hoje já tenho que levar, para aproveitar que amanhã não tenho tempo, porque temos lá uma festa, hoje tenho que levar papel higiénico e pouco mais, um rolo de cozinha, porque eu tenho os panos nas gavetas, mas gosto mais do papel.” (E1)*

*“Cozinhar, não cozinho. Já não faço comer para ninguém. Talvez ainda fizesse, mas não posso. Mas ainda aqueço o leite ao meu homem de manhã e à noite quando vou, mas não faço mais nada. O resto das tarefas vou fazendo devagarinho.” (E2)*

As AVDs consistem na execução de tarefas de autocuidado, como tomar banho, vestir-se e indicam-nos a incapacidade funcional dos indivíduos. Nesse sentido, quando os indivíduos são incapazes de realizar as tarefas de cuidados básicos, tornam-se dependentes de terceiros. Através dos testemunhos acima, podemos verificar que estas atividades se mantêm preservadas nos participantes entrevistados.

### 1.2.6. Nível de Autoestima

É importante que a autoestima seja cuidada, uma vez que a mesma se relaciona com a satisfação do indivíduo consigo mesmo. Esta categoria pode ser entendida como a procura de um fundamento ou um rumo na vida dos participantes. No seguimento da informação recolhida chegou-se a uma categoria: i) gosto pela vida.

#### i) Gosto pela vida

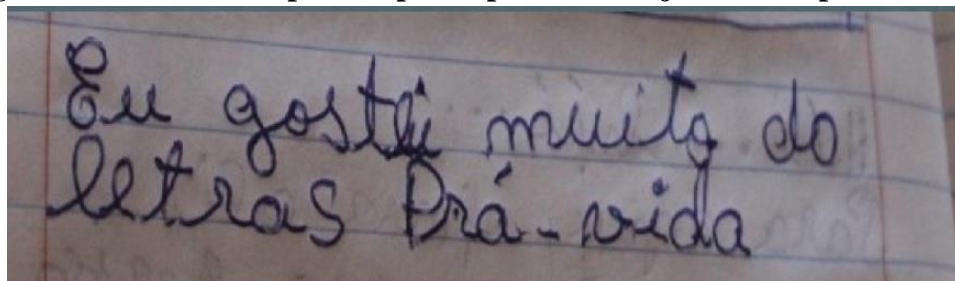
Neste contexto, o objetivo prende-se com o facto de se compreender se o participante gosta/gostou da sua vida e de todo o seu percurso:

*“Sim! Só que havia de estar mais nova (risos) com a genica que eu tinha (...) pronto e hoje sou uma rata cega.” (E1)*

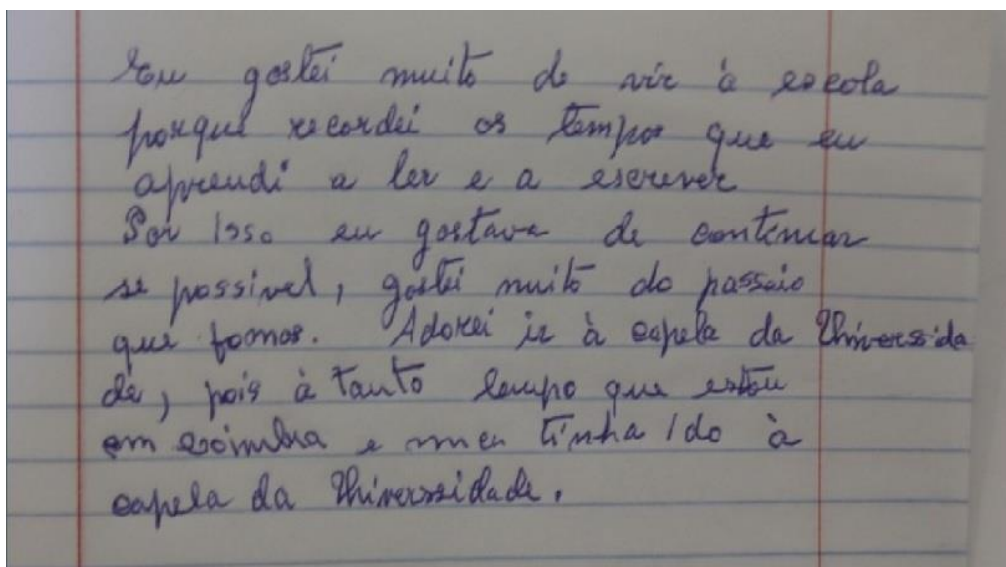
*“Sinto, pois está claro, que remédio tenho eu, não tenho outra coisa. Só vivo muito triste por causa de ter o marido que tenho. (...) Mas as minhas filhas fazem a minha vida valer a pena.” (E2)*

Na terceira idade a autoestima tem tendência para diminuir devido a diversos fatores: as limitações físicas, que aumentam nesta fase e as mudanças físicas que o corpo sofre com o passar dos anos. Nesse sentido, conseguimos perceber que a autoimagem depreciativa que os participantes têm, poderá estar associada a uma baixa autoestima.

**Imagem 8 – Frase escrita por um participante no Projeto Letras prá Vida**



**Imagem 9 – Texto de um participante do Projeto Letras Prá Vida**



Eu gostei muito de vir à escola  
porque recordei os tempos que eu  
aprendi a ler e a escrever.  
Por isso eu gostava de continuar  
se possível, gostei muito do passeio  
que fomos. Adorei ir à capela da Universida-  
de, pois é tanto tempo que estou  
em Coimbra e nunca tinha ido à  
capela da Universidade.

## Conclusão

O processo de alfabetização não se limita a levar as pessoas a saberem ler e a escrever, mas principalmente a consciencializá-las e a dar-lhes sentido aos objetivos de acordo com o seu contexto de vida.

Para a maioria das pessoas, as competências de leitura e escrita são tão naturais que nem nos damos conta que a realidade de outras tantas pessoas, nomeadamente de muitos participantes das oficinas, é não possuírem essas competências que lhes permitem tratar de coisas tão simples como tratar do cartão de cidadão, ler uma receita médica ou a bula de um medicamento, estando sempre dependentes de terceiros.

É importante valorizar o que as pessoas sabem com base na sua experiência de vida, uma vez que segundo Freire (1987: 68), não existem saberes maiores ou menores, mas saberes diferentes. Associar os afetos ao processo de aprendizagem e estabelecer empatia com os participantes é muito importante, uma vez que a participação nas oficinas passa também pelo combate ao isolamento e à solidão. Participar neste projeto prova-nos que não há idade para aprender e que o meio em que nascemos e crescemos não nos pode, nem deve, limitar as nossas vontades e desejos.

Ferreira et al. (2012), diz-nos que o envelhecimento é um processo dinâmico e progressivo, havendo alterações biológicas, psicológicas e sociais. Estas alterações são determinantes na perda de capacidades de adaptação ao meio ambiente, gerando uma maior vulnerabilidade e uma maior incidência de patologias. Com a idade verifica-se uma diminuição das capacidades funcionais, sendo esta uma das mais frequentes patologias associadas à velhice, nesse sentido, a participação no Projeto Letras Pró Vida revela-se muito importante, uma vez que todos os participantes se sentem apoiados e ajudados nas limitações inerentes à idade.

A manutenção da autonomia e da independência está diretamente ligada com a capacidade da realização, ou não, das AVD's e AVDI's. Estas ajudam os idosos a manterem-se participativos na gestão e nos cuidados com a sua saúde e na realização das tarefas domésticas quotidianas. Através do nosso trabalho, percebemos que a participação no Projeto Letras Pró Vida não teve um impacto direto na autonomia e

independência dos participantes, uma vez que grande parte encontrou mecanismos para ultrapassar as dificuldades associadas à baixa escolaridade e dessa ter uma vida mais autónoma e independente.

Relativamente à autoestima, verificámos que a participação no Projeto Letras Prá Vida tem uma influência direta na mesma. A autoaceitação é a capacidade para aceitar aquilo que somos, as nossas forças e fraquezas. No entanto, é necessária cautela com a auto crítica permanente, uma vez que se pode tornar numa atitude destrutiva. Muitas pessoas, incluindo os idosos, levam demasiado a sério as suas limitações, muito por causa das mensagens negativas da sociedade. Acreditam que pouco valem, apesar das suas capacidades, deixando-se dominar por sentimentos de inferioridade (Estanqueiro, 2019). Nesse sentido, a participação neste Projeto, é uma forma de investirem no desenvolvimento dos seus pontos fortes.

Podemos concluir que a leitura e a escrita são poderosos instrumentos para o cérebro. A atividade intelectual na terceira idade é fundamental para manter os mais velhos ativos e para evitar ou retardar o surgimento ou a progressão de doenças degenerativas, que levam a memória e trazem a demência. Com o estudo efetuado percebemos que este projeto é fundamental no aumento da autoestima dos idosos, uma vez que para além de conviverem com os seus pares, também atingem objetivos que nunca pensaram conseguir, como escrever o seu nome, o nome dos filhos e/ou netos.

A nível profissional o estágio neste projeto revelou-se bastante positivo, uma vez que nos permitiu aliar os conhecimentos que já possuíamos, alcançados pela licenciatura em Ciências da Educação, nomeadamente no que toca à educação não formal e informal, com a Gerontologia Social, uma vez que cada participante é pensado como um todo em todas as suas dimensões biológica, psicológica e social. Confrontámo-nos com as dificuldades da população mais velha, no seu dia-a-dia, e percebemos que a participação neste tipo de projeto pode melhorar a sua vida, uma vez que lhes proporciona as ferramentas necessárias para lidarem com essas dificuldades quotidianas. Tal perceção vai ao encontro dos objetivos do nosso estudo, uma vez que o mesmo se focou no impacto que a participação no Projeto Letras Prá Vida tem, na realidade dos seus participantes.

A nível pessoal, este estágio dotou-nos de uma maior capacidade para perceber os outros, uma vez que fomos “obrigadas” a respeitar o ritmo de aprendizagem de cada um, aprendendo a valorizar as pequenas vitórias que cada participante ia conseguindo. Foi muito gratificante também ao nível das relações interpessoais com a equipa dinamizadora, uma vez que através do trabalho em equipa conseguimos proporcionar experiências únicas e enriquecedoras. Na relação com os participantes, focamo-nos no carinho e no afeto com que sempre fomos recebidos, o que nos fez valorizar a força dos abraços.

Apesar de tudo, no decorrer do estudo fomos confrontados com alguns constrangimentos, nomeadamente quanto ao tempo de duração das oficinas, uma vez que as mesmas aconteciam uma vez por semana, com a duração de 2 horas, no período compreendido entre 13 de março e 12 de junho. Além disso, também o tamanho da nossa amostra se revelou uma limitação, uma vez que, e embora o total de participantes desta oficina fosse 25, apenas 15 participaram no nosso estudo. Nesse sentido, não é nossa pretensão generalizar os resultados à totalidade dos participantes do projeto, no entanto, acreditamos que de futuro este estudo pode ser replicado a todas as oficinas, de modo a percebermos o real impacto do Projeto Letras Pró Vida em todos os seus participantes, bem como as diferenças que existem nas diversas realidades onde o projeto chega.

A participação neste projeto não se esgota neste documento, uma vez que tudo aquilo que sentimos e que recebemos foi muito além do que aqui foi reportado. Tentámos escrever fielmente tudo o que observámos, mas não existiriam palavras suficientes para descrever este projeto que tanto nos acrescentou e enriqueceu.

“O essencial é invisível aos olhos. Só se vê bem com o coração” – Saint Exupéry in  
*O Príncipezinho*



## Bibliografia

Antão, C. (2012). Sabedoria Popular: Um Contributo no Envelhecimento Ativo. Em F. Pereira *Teoria e Prática da Gerontologia – Um Guia para Cuidadores de Idosos* (pp. 239 - 249) Viseu: PsicoSoma.

Bogdan, R & Biklen, S. (1994) *Investigação Qualitativa em Educação*. Porto: Porto Editora.

Bardin, L. (2009). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70.

Beck, C. (2018). A origem do termo Andragogia. Andragogia Brasil. Disponível em: <https://andragogiabrasil.com.br/a-origem-do-termo-andragogia/>

Benavente, A., Rosa, A., Firmino da Costa, A. & Ávila P. (1996). *A Literacia em Portugal – Resultados de uma pesquisa extensiva e monográfica*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

Canário, R. (2008). *Educação de Adultos: um campo e uma problemática*. Lisboa: Educa.

Cavaco, C. (2016). Políticas públicas de Educação de Adultos em Portugal – a invisibilidade do Analfabetismo. *Laplage em Revista*. 2 (4), 51-62.

Chaim, J., Izzo, H. & Sera, C. (2009). Cuidar em Saúde: Satisfação com imagem Corporal e Autoestima de idosos. *Mundo Saúde São Paulo*. 33(2), pp. 175-181.

Cruz, L. (28 de abril de 2017). *Metodologia Quantitativa*. Obtido de Knoow – Enciclopédia Temática: <https://knoow.net/cienceconempr/marketing/metodologia-quantitativa/>

Estanqueiro, A. (2019). *Saber lidar com as pessoas – Principios da Comunicação Ineressoal*. Lisboa: Editorial Presença.

Feitosa, S. (1999). *Método Paulo Freire – Princípios e Práticas de uma concepção popular de educação*. (Dissertação de Mestrado não publicada). Universidade de São Paulo, Brasil.



Ferreira, O., Maciel, S., Costa, S., Silva, A. & Moreira, M. (2012). Envelhecimento Ativo e sua relação com a independência funcional. *Contexto Enfermagem*”. 21 (3), 513-518.

Ferreira, O., Maciel, S., Silva, A., Santos, W. & Moreira, M. (2010). O Envelhecimento ativo sob olhar de idosos funcionalmente independentes. *Revista Escola Enfermagem USP*. 44(4), 1065-1069.

Freire, P. (1987). *Ação cultural para a liberdade*. São Paulo: Paz e terra.

Gomes, M.C. (2002). *Literacia e Educação de Adultos: Percursos, processos e efeitos – Um estudo de caso*. (Dissertação de Mestrado não publicada). Universidade de Lisboa: Portugal.

Guedes, C. & Loureiro, A. (2016). Educação de adultos: de onde viemos e para onde vamos? *Laplage em Revista*. 2 (1), 7-21.

Ílhavo, C. M. (2016). *Pelouro da MaiorIdade*. Obtido de Câmara Municipal de Ílhavo: [www.cm-ilhavo.pt/pages/396?news\\_id=2679](http://www.cm-ilhavo.pt/pages/396?news_id=2679).

Jacob, L. (2015). A Educação e os Sêniores. *Revista Kairós Gerontologia*. 18, 81-97.

Laureano, R. (2011). *Testes de Hipóteses com o SPSS – O Meu Manual de Consulta Rápida*. Lisboa: Edições Sílabo, Lda.

Lopes, P. (2013). *Literacia Mediática e Cidadania: Práticas e Competências de Adultos em Formação na Grande Lisboa*. (Tese de doutoramento não publicada), ISCTE-IUL, Portugal.

Machede, S. A. (2008). *Escola Comunitária de S. Miguel de Machede*. Obtido de: [www.suaop.pt/escola\\_comunitaria.htm](http://www.suaop.pt/escola_comunitaria.htm).

Mártires, M<sup>a</sup> A. (2015). Envelhecimento Ativo e Autonomia: Idosos com doença crónica. Em J. Pereira, M. Lopes & T. Rodrigues *Animação Sociocultural, Gerontologia e Educação Intergeracional – Estratégias e Métodos de Intervenção para um Envelhecimento Ativo*. (pp. 37 - 39) Chaves: Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.

Missias-Moreira, R., Teixeira, R. M. & Novaes, K. O. (2014). Contribuições da atividade física na promoção da Saúde, Autonomia e Independência de idosos. *Revista Kairós Gerontologia*. 17(1), pp. 201-217.

Nogueira, S. (2004). A Andragogia: que contributos para a prática Educativa? *Revista Linhas*. 5(2).

*Paulo Freire, o mentor da educação para a consciência*. (1 de outubro de 2008). Obtido de Nova Escola: <http://novaescola.org.br/conteudo/460/mentor-educacao-consciencia>.

Pereira, L. C. (s.d.). *Método Paulo Freire*. Obtido de InfoEscola – Navegando e Aprendendo: <http://www.infoescola.com/pedagogia/metodo-paulo-freire/>.

Pimentel, H. & Silva, M. (2012). Inclusão Social dos Idosos. Em F. Pereira *Teoria e Prática da Gerontologia – Um Guia para Cuidadores de Idosos* (pp. 215 - 221) Viseu: PsicoSoma.

Ribeiro, P., Neri, A., Cupertino, A. & Yassuda, M. (2009). Variabilidade no envelhecimento ativo segundo o gênero, idade e saúde. *Psicologia em estudo*. 4 (3), 501-509.

Soeiro, D., & Parreiral, S. (2018). *Case Study Letters for Life*, Portugal. UNESCO. Institute for Lifelong Learning. <http://uil.unesco.org/case-study/effective-practices-database-litbase-0/letters-life-portugal>.

Soeiro, D., Silva, I., Silva, M., Silva, J., Parreiral, S. & Carvalho, V. (2017). Letras prá Vida: alfabetização de adultos com o coração! *Revista de Estudios e investigación en psicologia y educación*. (14) DOI: <http://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.14.2401>

Soeiro, D., Silva, I., Silva, J., Silva, M., Parreiral, S., & Carvalho, V. (no prelo). Letras Prá Vida: aprendizagem ao serviço da alfabetização de pessoas adultas. In E. Bigotte, & S. Capitão (Coords.), *Sinergias e cooperação entre a comunidade e o ensino superior*. Coimbra: CINEP/IPC.

Souza, H.; Rodrigues, R.; Filho, I. & Gomes, A. (2017). Discussão sobre as Abordagens Associadas à Aprendizagem Autodirigida e sua Relação com as Tecnologias Educacionais. *Revista Informática Aplicada*. 13 (1), pp. 99-108.

Távora, A., Vaz, H. & Coimbra, J. (2012). A(s) crise(s) da educação e formação de adultos em Portugal. *Saber e Educar*. (17), 28-40.

Veloso, E. & Rocha, M. (2016). Políticas públicas, pessoas idosas, educação e envelhecimento: o caso de Portugal num contexto global. *Revista do Instituto de Políticas Públicas de Marília*. 2 (1), 3-37.

## **ANEXOS**

## Anexo I – Questionário



### Mestrado em Gerontologia Social

#### Projeto Letras prá Vida – Penacova 2019

As respostas a este questionário servem apenas para análise no âmbito do meu projeto de estudo, do Mestrado em Gerontologia Social da ESEC. Todas as respostas são anónimas.

#### Dados Pessoais

Idade: \_\_\_\_ anos

Sexo: \_\_\_\_ masculino \_\_\_\_ feminino

Onde reside? \_\_\_\_\_

Frequentou a escola? Não \_\_\_\_ Sim \_\_\_\_ Quanto tempo? \_\_\_\_\_

Costuma tomar alguma medicação? Sim \_\_\_\_ Não \_\_\_\_ Para quê? \_\_\_\_\_

Quais as motivações que o(a) levaram a inscrever-se na oficina de alfabetização?

---

---

---

### Questionário baseado na Escala de Bem-Estar Psicológico (Ryff-18)

(Ryff, 1989; Ryff & Keys, 1995; Novo, Silva & Peralta, 1997, 2004)

As afirmações que se seguem dizem respeito ao modo como lida consigo próprio e com a sua vida. Não existem respostas corretas ou incorretas. Por favor indique o seu grau de concordância com cada uma das afirmações sendo que:

	1	2	3	4	5	6
	Discordo totalmente	Discordo em grande parte	Discordo parcialmente	Concordo parcialmente	Concordo em grande parte	Concordo totalmente
1. Não tenho medo de expressar as minhas opiniões mesmo quando elas são contrárias às opiniões da maioria das pessoas	1	2	3	4	5	6
2. Frequentemente sinto-me cansado(a) pelo peso das coisas que preciso fazer	1	2	3	4	5	6
3. Quando revejo a minha vida fico contente com a forma como as coisas aconteceram	1	2	3	4	5	6
4. Tenho tendência para me preocupar com o que as outras pessoas pensam de mim	1	2	3	4	5	6
5. Sou capaz de utilizar bem o meu tempo para conseguir fazer tudo o que preciso	1	2	3	4	5	6
6. Sinto prazer em fazer planos para o futuro e trabalhar para os tornar realidade	1	2	3	4	5	6
7. Gosto da maioria dos aspetos da minha personalidade	1	2	3	4	5	6
8. Tenho tendência para ser influenciado(a) por pessoas com opiniões firmes	1	2	3	4	5	6
9. Tenho dificuldade em organizar a minha vida de forma que me satisfaça	1	2	3	4	5	6
10. Olhando para trás, não tenho bem a certeza de que a minha vida tenha valido muito	1	2	3	4	5	6
11. Em muitos aspetos sinto-me desiludido(a) com o que alcancei na minha vida	1	2	3	4	5	6

Muito Obrigado!

**Anexo II – Régua de auxílio às respostas do questionário**

1 Discordo totalmente	2 Discordo em grande parte	3 Discordo parcialmente	4 Concordo parcialmente	5 Concordo em grande parte	6 Concordo totalmente
-----------------------------	----------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	----------------------------------	-----------------------------

### Anexo III – Guião da Entrevista

#### Mestrado em Gerontologia Social Estágio no Projeto Letras Prá Vida – Penacova 2019

#### Guião de Entrevista

Blocos	Objectivos	Questões
<b>Bloco A</b> Legitimação da Entrevista	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apresentação</li><li>• Dar a conhecer os objectivos do trabalho e da entrevista</li><li>• Pedir autorização para gravar a entrevista</li><li>• Garantir o anonimato do(a) entrevistado(a), se necessário</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Bom dia! O meu nome é Denise Cunha e sou aluna da ESEC. Esta entrevista surge no meu projeto de investigação, de modo a perceber o impacto do projeto na vida dos seus participantes.</li><li>✓ Permite-nos a realização desta entrevista? E a gravação da mesma?</li><li>✓ Podemos identificá-lo(a) ou prefere manter o anonimato?</li></ul>
<b>Bloco B</b> Apresentação do Entrevistado	<ul style="list-style-type: none"><li>• Perceber qual o percurso de vida do entrevistado(a)</li><li>• Compreender porque é que nunca foi à escola ou o porquê de ter ido tão pouco tempo</li><li>• Entender quais os motivos que o levaram a inscrever-se nas oficinas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Onde é que nasceu? Sempre viveu nesse lugar? O que é que faziam? Do que viviam?</li><li>✓ Frequentou a escola? Quanto tempo? Porque só frequentou durante esse tempo? Porque é que não frequentou a escola?</li><li>✓ Porque é que decidiu inscrever-se na oficina? O que espera aprender?</li></ul>
<b>Bloco C</b> Autonomia	<ul style="list-style-type: none"><li>• Perceber qual o nível de autonomia do(a) entrevistado(a)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ É o(a) senhor(a) que toma as decisões da sua vida? (saúde, dinheiro, etc)</li></ul>
<b>Bloco D</b> Independência	<ul style="list-style-type: none"><li>• Compreender qual o nível de independência do(a) entrevistado(a)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Relativamente às atividades do dia-a-dia, realiza-as sozinho(a) ou precisa de ajuda? (tomar banho, andar, vestir, fazer as compras, cozinhar, cuidar da casa, gerir o dinheiro)</li></ul>
<b>Bloco F</b> Autoestima	<ul style="list-style-type: none"><li>• Entender qual o nível de autoestima do(a) entrevistado(a)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Sente-se bem com a vida que tem? Expressa livremente as suas opiniões? A opinião dos outros é importante para si?</li></ul>
<b>Bloco G</b> Finalização da Entrevista	<ul style="list-style-type: none"><li>• Considerações finais</li><li>• Agradecimentos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Quer acrescentar alguma informação ou opinião que pense ser útil e pertinente para este trabalho?</li><li>✓ Agradecemos a disponibilidade.</li></ul>



## Anexo IV – Transcrição das Entrevistas

### Entrevista I (E1)

**Entrevistador:** Bom dia D. Amélia, o meu nome é Denise Cunha e sou aluna da ESEC. Esta entrevista surge no âmbito do meu projeto de investigação, de modo a tentar perceber o impacto do projeto Letras prá Vida, na vida dos seus participantes. Diga-me, permite a realização desta entrevista e a gravação da mesma?

**Entrevistado:** Sim!

**Entrevistador:** Vamos então começar a nossa entrevista. D. Amélia, onde é que nasceu?

**Entrevistado:** Ervideira de Pedrógão Grande, concelho e freguesia.

**Entrevistador:** Sempre viveu neste lugar?

**Entrevistado:** Não, não!

**Entrevistador:** Então?

**Entrevistado:** Vivi lá até aos 22 anos e depois mudei-me para o concelho de Penacova.

**Entrevistador:** E o que é que faziam nesse sítio? Do que é que viviam?

**Entrevistado:** Doméstica.

**Entrevistador:** Foi doméstica toda a vida?

**Entrevistado:** Toda a vida....

**Entrevistador:** D. Amélia, frequentou a escola?

**Entrevistado:** Sim!

**Entrevistador:** Quanto tempo? Quanto tempo é que frequentou a escola?

**Entrevistado:** 3 anos! Fiz a 3ª classe e depois não quis fazer a 4ª classe.

(ruídos de fundo devido ao vento)

**Entrevistador:** Então estava a dizer-me que frequentou a escola 3 anos.

**Entrevistado:** Sim fiz até à 3ª classe e depois com 25 anos, 25, 26, fiz o exame da 4ª classe aqui já em Penacova, para tirar a carta de condução.

**Entrevistador:** Boa! Com 26 anos

**Entrevistado:** Sim com 26 anos.

**Entrevistador:** E diga-me porque é que só frequentou a escola durante esse tempo?

**Entrevistado:** Porque, para já eu não gostava de andar na escola, porque a minha professora era muito má, batia-me muito. A mim e a todos os alunos. Chegamos todos a trazer o nosso corpinho todo negro.com hematomas na cabeça e tudo porque ela...pronto. Passava os alunos todos os anos, mas pronto batia-nos de modo a enfiar-nos tudo na cabeça. Os meus pais tinham poucas possibilidades, mas gostavam que eu fizesse a 4ª classe e mais alguma coisinha. Naquele tempo com a 4ª classe e mais umas coisinhas podíamos ser professora regente. Depois mais tarde acabou e eram só as professoras certificadas. Então os meus pais gostavam que eu seguisse, mas eu não.

**Entrevistador:** Não gostava da escola?

**Entrevistado:** Só frequentei os 3 anos e com os três anos, praticamente é o que sei hoje, porque naquele tempo era só um ditado, uma redação, contas, ler e escrever e pouco mais.

**Entrevistador:** Então e porque é que decidiu inscrever-se aqui nas oficinas deste projeto? Para aprender mais?

**Entrevistado:** Eu decidi para aprender mais um bocadinho daquilo que sabia.

**Entrevistador:** E está a corresponder às suas expectativas?

**Entrevistado:** Sim, sim, sim!

**Entrevistador:** Está a gostar?

**Entrevistado:** Sim, sim!

**Entrevistador:** É a senhora que toma as decisões da sua vida, ao nível da sua saúde, do dinheiro, é a senhora que toma as suas decisões?

**Entrevistado:** Sim, sim, sim, por enquanto...bom, tenho uma pessoa que me ajuda muito. Mesmo para levantar dinheiro

**Entrevistador:** A D. Amélia usa o multibanco?

**Entrevistado:** Sim. Então tenho uma pessoa a quem...quer dizer faz tudo, não lhe passei uma procuração, mas pronto...

**Entrevistador:** Delegou algumas ajudas nessa pessoa.

**Entrevistado:** Sim

**Entrevistador:** Nomeadamente ao nível do dinheiro?

**Entrevistado:** Sim. Porque já estive várias vezes internada e precisava de ter alguém.

**Entrevistador:** Alguém da sua confiança!

**Entrevistado:** Sim e lá na Fundação (instituição onde está em regime de SAD) também nos exigem que tenhamos uma pessoa.

**Entrevistador:** Alguém de contacto?

**Entrevistado:** Sim sim. Se houver uma coisa qualquer, como eu não tenho família, contactam essa pessoa.

**Entrevistador:** Então e ao nível da saúde. A D. Amélia quando vai ao médico, vai sozinha?

**Entrevistado:** Por enquanto ainda vou sozinha, porque tenho o médico de família lá em S. Pedro de Alva, era aqui em Penacova, mas depois quando fui para a Fundação, que não estou lá todos os dias, é só na SAD, que elas chamam a SAD.

**Entrevistador:** Serviço de Apoio Domiciliário

**Entrevistado:** Mas elas gostavam que eu fosse mais vezes, 2, 3 dias, mediante as atividades que fazem. Por exemplo, esta semana vou 4 dias. Ai esqueço-me do que estava a dizer...

**Entrevistador:** Estávamos a falar das idas ao médico...

**Entrevistado:** Pois primeiramente o meu médico era aqui de Penacova, depois como mudei para S. Pedro d'Alva para a Fundação, tirei-me daqui do Centro de Saúde da médica de família e entrei lá em S. Pedro d'Alva. Eu a S. Pedro d'Alva vou sozinha, mas para ir a Coimbra, como na 6ª feira tenho que ir a uma consulta dos olhos, vai essa pessoa comigo. Como ela tem um carro, vai comigo, porque já não posso ir de autocarro. Há 7 anos que nunca mais fui de autocarro, porque não posso. E também não posso ir em qualquer carro, baixinho não posso, por causa da minha coluna.

**Entrevistador:** Relativamente às atividades do dia-a-dia, realiza as mesmas sozinha ou precisa de alguém que a ajude? Por exemplo: tomar banho, vestir-se, andar...

**Entrevistado:** Por enquanto estou a pagar, eu estou a pagar para me darem banho, para me lavarem a roupa, para me fazerem isso tudo, mas por enquanto, só precisei quando eu tive o acidente, que caí da varanda abaixo, é que precisei, mas depois recuperei e pouco a pouco vou fazendo tudo.

**Entrevistador:** Vai também às compras?

**Entrevistado:** Como da Fundação, raramente preciso de comprar coisas, como o pequeno-almoço, o almoço e o jantar.

**Entrevistador:** Então neste momento não precisa de ir às compras.

**Entrevistado:** Não, não. Só às vezes é que preciso de comprar uma frutinha, porque da Fundação nunca mandam a mesma e eu gosto de comer uma maçãzinha. Mas também tenho que comprar papel higiénico e papel para a cozinha, comprar um detergente para a casa.

**Entrevistador:** Pois, tem que comprar essas coisas, o shampoo o amaciador. E essas coisas vai comprá-las sozinha?

**Entrevistado:** Sim. Vou comprá-las por enquanto sozinha, porque lá na fundação, há um comércio mesmo ao lado e como vou para lá aproveito para trazer para casa pouco a pouco. Ainda ontem comprei um amaciador para a roupa e um pacotinho de pensos

higiénicos daqueles diários, hoje já tenho que levar, para aproveitar que amanhã não tenho tempo, porque temos lá uma festa, hoje tenho que levar papel higiénico e pouco mais, um rolo de cozinha, porque eu tenho os panos nas gavetas, mas gosto mais do papel.

**Entrevistador:** D. Amélia e relativamente ao seu dinheiro, é a senhora que o gere?

**Entrevistado:** Sim. Por enquanto não tenho problemas.

**Entrevistador:** Sabe qual é o valor da moeda?

**Entrevistado:** Sim, sim

**Entrevistador:** Não tem qualquer problema relativamente a isso?

**Entrevistado:** Não, não tenho.

**Entrevistador:** Sabe, por exemplo se eu lhe disser 10€, sabe converter para o escudo?

**Entrevistado:** Então, é multiplicar 100 por 2, por isso 10€ eram 2000 escudos, porque 5 euros eram 5000 escudos. Mas foi uma desgraça este dinheiro.

**Entrevistador:** Acha que foi?

**Entrevistado:** Foi! Para mim foi, porque começamos a gastar a dobrar, eu não gosto, não gosto! Mas não tenho problemas (tosse) desculpe

**Entrevistador:** E relativamente à limpeza da casa?

**Entrevistado:** (tosse) As meninas da Fundação vão lá todas as 4<sup>as</sup> feiras, mas como agora às 4<sup>as</sup> feiras venho para cá, elas já não vão lá, por isso vou limpando devagarinho. Porque a casa é muito grande, muito grande e por isso vou devagarinho.

**Entrevistador:** Quase para terminar: sente-se bem com a vida que tem?

**Entrevistado:** Sim! Só que havia de estar mais nova (risos) com a genica que eu tinha, aí o que eu trabalhava. Nem faz uma pequena ideia do que eu era: para trabalhar. Trabalhei muitos anos numa casa em que tinha que conduzir uma carrinha de caixa aberta e trazia muita coisa para Coimbra, azeite, frutas, legumes, azeitonas...conhecia a cidade de Coimbra toda. Quartéis, hospital militar, a universidade, fui lá muita vez, muita vez, abastecer as cozinhas, pronto e hoje sou uma rata cega. Ainda agora na 6<sup>a</sup> feira fui renovar o meu bilhete de identidade que estava a caducar e me elogiaram da maneira como levava os documentos, porque temos que guardar os documentos e eu levava tudo direitinho, direitinho, num envelopezinho de plástico, não sei como é que chama aquilo, e elogiaram-se pela a idade que eu tinha, porque eu tenho 80 anos, breve vou fazer 81 e todos me elogiaram.

**Entrevistador:** Mas a D. Amélia para a idade que tem, tem um discurso muito coerente e a sua cabeça ainda está muito boa.

**Entrevistado:** Sim! Mas eu estou muito esquecida...muito esquecida mesmo! Porque também tenho passado muito. Muitos problemas da vida e isso ainda me custa mais.

Basta que eramos 5 irmãos e todos faleceram e só cá estou eu e eu era a mais velha dos 5...é a vida! Faleceram 3 ainda novinhos, com 2, 4 e outro já com 9 anos.

**Entrevistador:** Pois naquele tempo era complicado.

**Entrevistado:** Era difícil...muito difícil...depois fiquei eu com outro que faleceu vai fazer 8 anos, com 64anos, e deitou-me muito abaixo porque era um amparo que eu tinha, porque embora fosse mais novo, para mim foi uma perda irreparável. Eu acompanhei-o muito...era casado, tem um filho, mas sofreu muito com a doença que tinha. Ele vivia em Lisboa eu fui para lá, acompanhava-o às consultas. Quando foi do funeral a minha cunhada queria deixá-lo lá num cemitério em Lisboa, mas eu disse que não, que ele não ficava lá. Telefonei logo para o nosso concelho para pedir uma sepultura e eu é que paguei. Telefonei para lá e venderam-me logo uma sepultura no cemitério novo a estrear. Então trouxe-o para cá, mas foi tudo um bocado contra a minha cunhada. Depois eu fui obrigada, naquele espaço a pôr pedra e não estava a contar com isso, mas eu é que escolhi e paguei, e depois na pedra escrevemos sempre qualquer coisa e a minha cunhada não queria que estivesse escrito que tinha sido oferecido pela sua irmã, mas que tinha sido oferecido pela sua esposa. Mas depois lá chegamos a um acordo e escrevemos que era oferecido por mim e por ela. E também já comprei lá a minha sepultura e já exigi que é para lá que eu vou e não quero lá mais ninguém sepultado. Já exigi isso tudo e está escrito.

**Entrevistador:** Para terminar D. Amélia, deseja acrescentar mais alguma informação que seja relevante?

**Entrevistado:** Não! É só dizer que gostei muito destas atividades porque viemos conhecer caras novas e tenho muita pena, imensa pena de não nos voltarmos a ver, porque o mundo é tao grande e eu apanho afeição às pessoas, muita afeição...(emociona-se)

**Entrevistador:** D. Amélia, foi um gosto muito grande conhecê-la, agradeço-lhe desde já toda a disponibilidade que mostrou em realizar esta entrevista. Muito obrigada e até à próxima.

## Entrevista II (E2)

**Entrevistador** – Bom dia D. Aurora, o meu nome é Denise Cunha e sou aluna da ESEC, a Escola Superior de Educação de Coimbra. Esta entrevista surge no âmbito do meu projeto de investigação, de modo a perceber o impacto do projeto Letras prá Vida, na vida dos seus participantes. Permite-nos a realização desta entrevista?

**Entrevistado** – Sim!

**Entrevistador** – E a gravação da mesma?

**Entrevistado** – Sim. Pode ser

**Entrevistador** – Muito bem! Vamos então começar. D. Aurora onde é que nasceu?

**Entrevistado** – Para dizer onde é que eu nasci. Eu nasci na Granja do Pinheiro e depois a minha mãe foi para o hospital eu tinha 4 anos e eu fiquei mais o meu pai sozinha e com o meu irmão mais novo que tinha 22 meses, e o meu falecido pai era bêbedo. e depois ele ia trabalhar, ele ia trabalhar todos os dias. Só que de noite ele ia para a bebedeira e eu e o meu irmão ficávamos sozinhos, porque não tínhamos ninguém de família naquela casa

**Entrevistador** – E sempre viveu nesse lugar?

**Entrevistado** – Não a minha mãe esteve no hospital 2 anos e tal e o meu falecido pai era de Lisboa, de Vila Franca de Xira e quando ia ver a minha mãe, às vezes ia com o meu irmão visitá-la e dizia-lhe assim: Eu agora vou para Lisboa e não volto cá. Isto fica aqui tudo gravado? Ai Nossa Senhora...

**Entrevistador** – Mas eu só gravo se quiser...

**Entrevistado** – E depois a minha mãe dizia assim...e depois quando eu voltava daí a 2 meses ou três, estavam lá os irmãos deles e nós íamos para casa deles e ele quando se lembrava, porque lá não havia tascas como havia na terra, vinha-se embora outra vez, mas ele não nos deixava lá, porque eu tinha lá uns tios que queriam que nós ficássemos lá, porque a minha mãe estava no hospital, mas ele não queria que nós lá ficássemos e eu também não queria lá ficar porque estava habituada ao meu irmão e depois porque eu também ficava o dia todo sozinha em casa, porque os meus tios trabalhavam, eles eram peixeiros, iam trabalhar de manhã e só vinham quando acabassem é que vinham para casa, então eu tenho uma vida muito triste, sozinha, sem ninguém, só a minha madrinha é que era de lá, mas a nora dela era muito má e não gostava de mim, não sei porque, não gostava de mim. Eu não era afilhada dela, era afilhada do marido e da mãe dele, a sogra dela. E às vezes a minha madrinha também não estava lá, só lá estava uma velhinha que olhava por mim e às vezes me dava um prato de sopa, porque não me lembra de mais ninguém lá... agente ao domingo até íamos à Figueira comer um prato de sopa, aos domingos. O padre que lá estava dava sempre um prato de sopa aos pobres ao domingo. Depois tinha 7 anos quando fui para a Paradela, Paradela do Lorrão, que era um bocadinho mais longe do que a nossa casa e a minha mãe não podia ir para lá, mas o meu pai tinha vendido a nossa casa e já não tinha lá a casa e a minha mãe era de Paradela e tinha lá um bocado de terra e o meu pai fez lá uma casa de tábuas, de tábuas...durou três anos. E levou para lá a minha mãe, mas a minha mãe não queria ir para lá, mas coitada que remédio teve ela, não tinha outra casa para agente estarmos...e os meus irmãos, o mais velho estava a servir para ao pé de Coimbra,

não sei onde e as minhas irmãs que eram 2 estavam também já a servir, a ganhar para comer, porque naquele tempo não havia nada de comer. Aquele tempo era o tempo da miséria e então não havia nada para comer, o meu pai não tinha lá comer e cada um foi para seu lado e agente eramos pequenitos ficámos com ele...

**Entrevistador** – E do que é que viviam? O que é que o seu pai fazia?

**Entrevistado** – O meu pai trabalhava, mas também não dava o dinheiro à minha me, comia-o todo.

**Entrevistador** – E a sua mãe era doméstica?

**Entrevistado** – Sim e ainda por cima estava na cama, ela foi lancetada nas costas e ainda foi para casa com umas feridas a deitar, mas não era eu que tratava das feridas, porque eu era pequena, uma tia que eu tinha, mais velha é que lá ia tratar dela. E depois agente vivia dos palitos, mas com 7 anos eu fui guardar um rapazito lá na terra, era lá na terra e a minha mãe deixou-me para lá ir, porque era para ganhar para comer, não ganhava para mais nada, era para o comer, porque a minha mãe não tinha comer para nos dar, a pedir nunca andámos, mas andamos na miséria sempre na miséria, porque não tínhamos nada para comer, o meu falecido pai só cozia favas e feijão frade, eu ainda hoje não gosto muito de favas nem de feijão frade por causa disso, o comer do pai era isso, dizia que era a ração dos cavalos.

**Entrevistador** – E frequentou a escola nesse tempo?

**Entrevistado** – Não. Nesse tempo não havia sequer professores, em Trigueira havia uma escola.

**Entrevistador** – Então nunca frequentou a escola?

**Entrevistado** – Não! Nunca frequentei a escola nenhuma.

**Entrevistador** – Por causa de não haver professores?

**Entrevistado** – Dantes não havia. A minha irmã mais velha diz que andou um mês na escola, que também ainda está viva, penso que está viva, não sei. Ela está num lar também, já não conhece a gente nem nada. Também já tem 94 anos já tem muita idade, tem 6 anos a mais do que eu. Então...o meu irmão mais velho esse coitado também nunca andou na escola, mas ele morreu aos 20 anos, tinha 20 anos quando morreu o meu irmão mais velho. E depois ficamos só agente, os mais novos e depois a minha mãe veio do hospital e ainda teve o mais novo, que já morreu também, tinha 9 anos a menos do que eu. E então...a minha mãe foi para casa, lá para aquela onde não tínhamos cama nem tínhamos coisa nenhuma, olha dormíamos lá de qualquer maneira, na miséria, na desgraça, na tristeza, mas graças a Deus ainda nos fizemos umas raparigas. A minha mãe era uma mulher em condições, depois a minha mãe começou com a doença das costas e ela começou a andar com o joelho torto, não podia fazer as coisas da rua, mas ainda sachava umas couves e uns milheiros que tinha lá no quintal, porque ela tinha um quintal que era do pai dela e então foi onde o meu pai fez a barraca para fazermos os palitos. Era onde se secava o pau, era o pau da Golegã, que diziam que era o melhor pau para os palitos. Eles traziam aqueles paus, depois debulhavam-se e secavam-se as varas compridas...não sei se a menina sabe?

**Entrevistador** – Não sei, não.

**Entrevistado** – Pois, não sabe, não é do tempo da menina, deste tempo de agora. Mas era dos palitos que depois nos começamos a governar. Eu depois estive 2 anos numa casa a tomar conta

de um rapazito, mas o meu patrão batia-me muito. Ele tinha lá uma eira de trigo num largo muito grande que tinha muito relva e tinha lá a eira de trigo e depois os rapazitos iam para lá brincar em vez de guardarmos as galinhas, olha as galinhas andavam a picar o milho e o meu patrão viu aquilo e deu muita pancada, mas quando ele me batia eu fugia para casa, mas o meu irmão mais velho pegava-me no braço e levava-me de volta para lá. E a minha mãe coitada como não tinha de comer para nos dar dizia para eu voltar, porque o meu pai não dava dinheiro, ganhava e não dava, gastava tudo no cigarro e no vinho e comia ele bem.

**Entrevistador** – Então e disse-me que não frequentou a escola por não haver professores...

**Entrevistado** – Sim! Mas também as mulheres e raparigas naquele tempo não iam à escola, porque diziam que as raparigas não precisavam de aprender. Olhe...uma tristeza! E não eram obrigadas a ir para a escola, mas isso nem os rapazes nem as raparigas...

**Entrevistador** – Pois não havia o ensino obrigatório

**Entrevistado** – Os rapazes alguns ainda iam para a escola, agora as raparigas não iam mesmo.

**Entrevistador** – Então e porque é que decidiu inscrever-se neste projeto?

**Entrevistado** – Porque eu para dizer que não andei na escola, quer dizer na escola dos miúdos nunca andei, andei mais tarde aqui numa escola que a Câmara também deu e eu ainda fui lá uns meses, mas elas não ensinavam nada. As pessoas que lá andavam sabiam ler, algumas, porque outras também não sabiam, mas algumas sabiam. E davam uma folha a elas e davam-me uma folha igual a mim, alguns estavam para fazer a 4ª classe, outros a 3ª classe e assim. E eu andei lá algum tempo, ainda aprendi a fazer o A E I O U (risos)

**Entrevistador** – E este projeto está a ser como a senhora esperava? Está a gostar?

**Entrevistado** – Eu estou a gostar, só que eu aprendo pouco! Mas já sei fazer o meu nome mais ou menos.

**Entrevistador** – E porque é que acha que aprende pouco?

**Entrevistado** – Porque a minha cabeça já não vai lá! Eu agora já me ando a esquecer de muitas coisas. Eu não conheço as letras todas, só algumas é que as consigo juntar, mas as letras eu conheço-as há muito tempo.

**Entrevistador** – Então conhece as letras?

**Entrevistado** – Sim eu as letras conheço-as. O que eu queria aprender era a ler, para ler algumas coisas que me são precisas, mas se não conseguir paciência. Mas por exemplo, eu sei juntar as letras, eu consigo ler aquela placa acolá (aponta para uma placa que diz “SAÍDA”) e também sei ler algumas placas que estão lá à minha porta: a Barragem da Aguieira, a barragem do Coiço, é o Carvalhal, é o Montalto...eu leio essas placas todas. Lá ao pé eu leio-as. Também lá está uma placa a dizer Espinheira e eu leio isso. E também sei ler o meu nome quando vem alguma carta para mim e também conheço o nome do meu homem e o da minha Teresinha, que não está lá, mas às vezes vem cartas para ela.

**Entrevistador** – É a Senhora que toma as decisões da sua vida? A nível de saúde, de dinheiro...

**Entrevistado** – Dinheiro ainda sou eu! É assim: aprendi a fazer o meu nome naquela altura e depois esqueci-me daquelas letras atrasadas que ainda hoje não as “coiso” muito bem.

**Entrevistador** – Mas ainda é a senhora que gere o seu dinheiro...



**Entrevistado** – Sim! O dinheiro eu dirijo só que nem sequer o posso levantar. Quando eu abri a conta, assinei com o dedo, porque é que agora não pode continuar a ser com o dedo?

**Entrevistador** – Então como é que faz?

**Entrevistado** – O dinheiro está em meu nome e de uma filha minha e ela tem um cartão e é ela que levanta o dinheiro para trazer para mim e para pagar as minhas despesas. Sabe eu tenho uma filha que é deficiente e está em Coimbra numa residencial e assim todos os meses esta minha filha vai lá pagar e tratar desse assunto porque eu também já não tenho pernas para andar a tratar disso, porque ainda é longe, é na Cumeada, aliás em Montes Claros é que ela está. Eu conheço Coimbra inteira...

**Entrevistador** – Muito bem D. Aurora, agora para terminarmos: as suas tarefas diárias a senhora realiza-as sozinha? Tomar banho, cozinhar...

**Entrevistado** – Cozinhar, não cozinho. Já não faço comer para ninguém. Talvez ainda fizesse, mas não posso. Mas ainda aqueço o leite ao meu homem de manhã e à noite quando vou, mas não faço mais nada. O resto das tarefas vou fazendo devagarinho.

**Entrevistador** – E agora mesmo para terminar: Sente-se bem com a vida que tem?

**Entrevistado** – Sinto, pois está claro, que remédio tenho eu, não tenho outra coisa. Só vivo muito triste por causa de ter o marido que tenho. É triste, eu ser uma pessoa que sou séria, que fui sempre séria e ter um marido que desconfia de mim, que diz que tenho amigos, quando ele é que toda a vida teve amigas e eu é que fico com a fama...é muito triste! Mas as minhas filhas fazem a minha vida valer a pena.

**Entrevistador** – Muito bem D. Aurora! Muito obrigada pela sua disponibilidade.

## Anexo V – Análise das Entrevistas

Dimensão	Categorias	Subcategorias	Unidades de Registo	%
<b>Apresentação do Entrevistado</b>	Percurso de Vida	Nascimento	<p>“Ervideira de Pedrógão Grande, concelho e freguesia.” (EI)</p> <p>“Para dizer onde é que eu nasci. Eu nasci na Granja do Pinheiro...” (EII)</p>	2
		Mudanças	<p>“Vivi lá até aos 22 anos e depois mudei-me para o concelho de Penacova.” (EI)</p> <p>“...o meu falecido pai era de Lisboa, de Vila Franca de Xira e quando ia ver a minha mãe, às vezes ia com o meu irmão visitá-la e dizia-lhe assim: Eu agora vou para Lisboa e não volto cá.” (EII)</p> <p>“Depois tinha 7 anos quando fui para a Paradela, Paradela do Lorvão, que era um bocadinho mais longe do que a nossa casa.” (EII)</p>	3
		Trabalho	<p>“Doméstica. (...) Toda a vida...” (EI)</p> <p>“agente vivia dos palitos, mas com 7 anos eu fui guardar</p>	2

<b>Apresentação do Entrevistado</b>			um rapazito lá na terra...” (EII)	
	Frequência da Escola	Tempo que frequentou a escola	<p>“Não! Nunca frequentei a escola nenhuma.” (EII)</p> <p>“3 anos! Fiz a 3ª classe e depois não quis fazer a 4ª classe.” (EI)</p>	2
		Medo de ir à escola	<p>“a minha professora era muito má, batia-me muito. A mim e a todos os alunos. Chegamos todos a trazer o nosso corpinho todo negro.com hematomas na cabeça e tudo porque ela...pronto. Passava os alunos todos os anos, mas pronto batia-nos de modo a enfiar-nos tudo na cabeça.” (EI)</p>	1

	Frequência da escola	Discriminação de género	“Mas também as mulheres e raparigas naquele tempo não iam à escola, porque diziam que as raparigas não precisavam de aprender. Olhe...uma tristeza! E não eram obrigadas a ir para a escola...” (EII)	1
		Falta de professores	“Não. Nesse tempo não havia sequer professores, em Trigueira havia uma escola.” (EII)	1
		Gosto pela escola	“...para já eu não gostava de andar na escola” (EI)	1
		Regresso à escola	<p>“Sim fiz até à 3ª classe e depois com 25 anos, 25, 26, fiz o exame da 4ªclasee aqui já em Penacova, para tirar a carta de condução.” (EII)</p> <p>“andei mais tarde aqui numa escola que a Câmara também deu e eu ainda fui lá uns meses, mas elas não ensinavam nada. As pessoas que lá andavam sabiam ler, algumas, porque outras também não sabiam, mas algumas sabiam. E davam uma folha a elas e davam-me uma folha igual a</p>	2

			mim, alguns estavam para fazer a 4ª classe, outros a 3ª classe e assim. E eu andei lá algum tempo, ainda aprendi a fazer o A E I O U” (EII)	
	Inscrição no Projeto	Aprender mais	“para aprender mais um bocadinho daquilo que sabia.” (EI)	1
		Expectativas	“Eu estou a gostar” (EII)	1
<b>Autonomia</b>	Nível de Autonomia	Gerir o dinheiro	<p>“Dinheiro ainda sou eu! (...) O dinheiro eu dirijo só que nem sequer o posso levantar. Quando eu abri a conta, assinei com o dedo, porque é que agora não pode continuar a ser com o dedo?” (EII)</p> <p>“Sim, sim, sim, por enquanto... bom, tenho uma pessoa que me ajuda muito. Mesmo para levantar dinheiro” (EI)</p>	2
		Ir ao médico	“Por enquanto ainda vou sozinha, porque tenho o médico de família lá em S. Pedro de Alva” (EI)	1

Independência	Nível de Independência	Atividades diárias	<p>“eu estou a pagar para me darem banho, para me lavarem a roupa, para me fazerem isso tudo, mas por enquanto, só precisei quando eu tive o acidente, que caí da varanda abaixo, é que precisei, mas depois recuperei e pouco a pouco vou fazendo tudo.” (EI)</p>	4
	Nível de Independência	Atividades diárias	<p>“Só às vezes é que preciso de comprar uma frutinha, porque da Fundação nunca mandam a mesma e eu gosto de comer uma maçãzinha. Mas também tenho que comprar papel higiênico e papel para a cozinha, comprar um detergente para a casa.” (EI)</p> <p>“Ainda ontem comprei um amaciador para a roupa e um pacotinho de pensos higiênicos daqueles diários, hoje já tenho que levar, para aproveitar que amanhã não tenho tempo, porque temos lá uma festa, hoje tenho que levar papel higiênico e pouco mais, um rolo</p>	4

			<p>de cozinha, porque eu tenho os panos nas gavetas, mas gosto mais do papel.” (EI)</p> <p>“Cozinhar, não cozinho. Já não faço comer para ninguém. Talvez ainda fizesse, mas não posso. Mas ainda aqueço o leite ao meu homem de manhã e à noite quando vou, mas não faço mais nada. O resto das tarefas vou fazendo devagarinho.” (EII)</p>	
<b>Autoestima</b>	Nível de Autoestima	Gosto pela vida	<p>“Sim! Só que havia de estar mais nova (risos) com a genica que eu tinha (...) pronto e hoje sou uma rata cega.” (EI)</p> <p>“Sinto, pois está claro, que remédio tenho eu, não tenho outra coisa. Só vivo muito triste por causa de ter o marido que tenho. (...) Mas as minhas filhas fazem a minha vida valer a pena.” (EII)</p>	2

## Anexo VI – Diários de Campo



Data: 13 de março de 2019

Sessão nº 1 – Biblioteca Municipal e Santa Casa da Misericórdia de Penacova

Hoje início o meu estágio no Projeto letras prá Vida, na vila de Penacova. Temos dois grupos distintos: o grupo da manhã são idosos mais independentes e autónomos, uma vez que todos eles estão em regime de centro de dia nas respetivas instituições. O grupo da tarde é um grupo mais dependente, uma vez que todo o grupo pertence ao lar da Santa Casa da Misericórdia de Penacova.

Sinto-me um pouco nervosa, ainda que muito entusiasmada, porque apesar de ter experiência na relação com pessoas idosas, os contextos são muito diferentes e tenho algum receio de não estar à altura do desafio.

Não sessões de hoje, todos os participantes se apresentaram e disseram o porquê de se terem inscrito no projeto, depois todos receberam o seu material (caderno, lápis, caneta, borracha e saco) e foram desafiados a dar um nome ao grupo. O grupo da manhã escolheu o nome “A Esperança não tem idade” e o da tarde ficou com o nome “As Andorinhas do Mondego”. Depois da escolha do nome convidamos os participantes a darem-nos a conhecer a vila de Penacova, dizendo-nos quais os pontos mais turísticos da zona.

Fomos muito bem acolhidos pelas autoridades competentes (Município e Casa do Povo de Penacova) e também ficamos a perceber que todos os participantes tem muita vontade de aprender e de participar, o que nos deixa uma alegria muito grande.



Data: 27 de março de 2019

Sessão nº 3 – Biblioteca Municipal e Santa Casa da Misericórdia de Penacova

Hoje, e uma vez que a Primavera teve o seu início no dia 21 de março, subordinamos o tema da sessão à mesma. Foram muitas as palavras que surgiram através da Primavera, mas todos escolhemos a palavra BORBOLETA como palavra geradora. Hoje particularmente não sessão da manhã, senti que não conseguimos chegar ao grupo, os objetivos da sessão foram atingidos, mas acho que os participantes não entenderam o objetivo e isso fez com que se dispersassem durante a sessão.

Da parte da tarde o grupo esteve mais sereno e tranquilo e optámos por deixar os participantes mais à vontade, nesse sentido, nem todos optaram pela divisão silábica da palavra geradora, mas escreveram alguns textos sobre o tema da sessão. Enquanto equipa achámos que resultou melhor uma vez que cada participante foi ao encontro das suas vontades e necessidades, nesse sentido acho que a sessão da tarde foi muito mais produtiva.

Data: 10 de abril de 2019

Sessão nº 5 – Biblioteca Municipal e Santa Casa da Misericórdia de Penacova

Hoje só tivemos a sessão da manhã, uma vez que o grupo da tarde teve uma atividade da instituição.

Nesta sessão continuámos com o exercício da construção do alfabeto através das vogais, conseguimos terminar o exercício encontrando muitas palavras para cada uma das letras. No final cantamos os parabéns à D. Fernanda, porque tinha feito anos no dia 7 de abril.

A esta altura, acho que já entendemos o modo de abordar ambos os grupos e parece-me que estamos a ir de encontro dos desejos dos nossos participantes e das suas necessidades.

Hoje também comecei a minha recolha de dados para a minha investigação e percebi que vou demorar mais tempo do que imaginava, mas é necessário dar-lhes tempo para falarem, fiz cinco inquéritos e todos os participantes são perentórios: gostam muito das oficinas do Projeto Letras Prá Vida.

Data: 17 de abril de 2019

Sessão nº 6 – Casa do Povo e Santa Casa da Misericórdia de Penacova

Hoje começámos com as consoantes na construção do nosso alfabeto, iniciámos com as quatro primeiras letras (B, C, D e F), embora alguns participantes tivessem conseguido ir mais longe (mais uma vez respeitámos o ritmo de cada participante).

No grupo da tarde “As Andorinhas do Mondego” a D. Aida recusa-se desde o primeiro dia a participar ativamente nas oficinas, embora queira estar sempre presentes nas mesmas, nesse sentido, e de modo a que a senhora não se sentisse excluída, optei por escrever-lhe as letras numa folha identificando a mesma e ir escrevendo-lhe algumas palavras associadas, assim também ela participou na sessão.

Hoje não efetuei recolha de inquéritos, uma vez que a sala onde costumamos fazer a sessão estava ocupada, pelo que dinamizamos a sessão noutra sala, pelo que não houve condições para efetuar a recolha.

Data: 8 de maio de 2019

Sessão nº 8 – Casa do Povo e Santa Casa da Misericórdia

Hoje terminámos o exercício do alfabeto e todos os participantes chegaram à letra Z, o que quer dizer que pelo menos já tiveram algum contacto com as letras (o que para alguns participantes ainda não tinha acontecido). Os participantes que terminaram mais cedo, escreveram alguns textos sobre aquilo que mais gostavam e acabaram por partilhar o que escreveram.

Nesta sessão também abordamos o tema da queima das fitas, uma vez que durante esta semana decorre a Queima das Fitas de Coimbra. Levamos todas as insígnias das várias fases da vida académica: penico e chucha (caloiros – 1ºano), grelo (2ºano), cartola e bengala (3ºano). Todos os participantes ficaram muito entusiasmados e tirámos muitas fotos com a capa, a cartola e a bengala. Mais uma grande sessão para mais tarde recordar.

Data: 15 de maio de 2019

Sessão nº 9 – Biblioteca Municipal e Santa Casa da Misericórdia

Hoje, uma das voluntárias trouxe alguns jogos de estimulação cognitiva e utilizámos alguns deles.

No grupo da manhã, só estiveram presentes quatro participantes, uma vez que a instituição que traz mais participantes teve uma atividade e dessa forma não foi possível estarem presentes, mas a sessão aconteceu com os participantes que estiveram.

Da parte da tarde, utilizámos a mesma metodologia e percebemos que funciona muito bem, uma vez que alguns jogos falam de provérbios, expressões e algumas músicas que eles sabem bem.

Continuei com a minha recolha e percebi que todos os participantes tem alguns denominadores comuns: a vida de trabalho, a emigração dos filhos e a viuvez.

Data: 22 de maio de 2019

Sessão nº 10 – Passeio à cidade de Coimbra

Hoje a sessão foi diferente, uma vez que trouxemos os participantes até à cidade de Coimbra para um pequeno passeio pelos principais pontos turísticos. Nesse sentido, da parte da manhã visitámos o museu Nacional Machado de Castro e a sua bela coleção de arte sacra. Não pudemos visitar todos os pisos do museu, uma vez que os nossos participantes têm a sua mobilidade reduzida, pelo que visitámos até onde eles conseguiram. Fizemos um almoço partilhado no Parque Verde do Mondego junto ao rio, da parte da tarde visitámos a Universidade de Coimbra, começando pela Porta Férrea, o Pátio das Escolas, a Capela de S. Miguel e quem conseguiu, visitou a Sala dos Capelos.

No geral a visita correu bem, contudo durante o almoço não foi possível fazer uma partilha efetiva, uma vez que logisticamente não era possível. De mencionar também que os participantes da Fundação foram sozinhos, sem nenhuma técnica a acompanhar e também percebemos que não tinham informado devidamente os participantes para onde iam, o que fez com que uma das idosas ficasse muito baralhada e desorientada.

Data: 29 de maio de 2019

Sessão nº 11 – Casa do Povo e Santa Casa da Misericórdia de Penacova

Hoje a sessão começou com a avaliação da visita e todos os participantes partilharam o que mais gostaram de visitar, alguns até escreveram pequenas frases sobre a visita.

Depois pedimos aos nossos participantes que fizessem quadras alusivas ao projeto para que as mesmas pudessem constar no Hino final do Projeto que está a ser preparado por uma das estagiárias e saíram duas quadras lindas:

Quadra “A Esperança não tem idade”

“Nunca é tarde para aprender  
A Penacova viemos ter  
Aprender a ler e a escrever  
O Letras prá vida não vamos esquecer”

Quadra “As Andorinhas do Mondego”

“Nunca é tarde para aprender  
A Penacova viemos ter  
Aprender a ler e a escrever  
O Letras prá vida não vamos esquecer”

Hoje foi a minha última sessão, uma vez que por motivos pessoais nas próximas duas últimas sessões não estarei presente. Este projeto superou todas as minhas expetativas, tanto profissional como pessoalmente. Saio mais rica de conhecimento, de pessoas e de afetos, principalmente de afetos ou não fosse o mote do Projeto – Alfabetização com o coração.

Data: 15 de junho de 2019

Sessão nº 14

Hoje tivemos a nossa festa final na ESEC, infelizmente os nossos participantes não puderam estar presentes, uma vez que no grupo da manhã são maioritariamente idosos em regime de Centro de Dia, pelo que ao final de semana não se encontram nas instituições e não tinham técnicas que os pudessem acompanhar. O grupo da tarde não pode estar presente, uma vez que já tinham uma atividade na instituição.

A nossa equipa ficou com um sentimento agri-doce, mas o mais importante é que fizemos a festa para todos os participantes presentes.



## Anexo VII – Planificações das Sessões



### Letras Prá Vida em Penacova – Oficina de Alfabetização

#### Plano de sessão n.º 1 Sumário: Apresentação, objetivos e interesses

**Data:** 13/3/2019 10:00 -12:00h **Local:** Biblioteca Municipal de Penacova **Participantes:** 13 pessoas (4 homens e 9 mulheres)- Grupo heterogéneo ao nível de competências de literacia

Pré-requisitos	Objetivos	Conteúdos	Tempo	Espaço	Métodos, Técnicas; Atividades	Recursos e Materiais	Avaliação
<b>Estar motivado</b>  <b>Estar disposto a partilhar vivências</b>	<b>Gerais:</b> Desenvolver competências de literacia  Promover o sentimento de comunidade/pertença  <b>Específicos:</b> Escrever o nome; Definir os objetos de cada participante para a edição; Estimular a memória;	<b>Apresentação dos participantes e da equipa: nomes e gostos</b>  <b>Entrega/Preenchimento dos cartões, das fichas de presenças e dos cadernos: Escrita do nome</b>  <b>Questionamento aos participantes sobre os seus objetivos para a edição</b>	<b>30 minutos</b>          <b>30 minutos</b>	Sala da biblioteca  Disposição em U das mesas e cadeiras	As/os participantes apresentam-se dizendo o nome e um gosto (exemplo: gosto muito...), intercalando com a equipa e passando o lápis ao seguinte participante que se irá apresentar.  As/os participantes devem preencher individualmente os cartões e os cadernos de modo que a equipa fique a conhecer as potencialidades	Mesas e cadeiras       Folhas de presença Cartões Fitas Lápis Borracha Canetas Folhas brancas Cadernos	<b>- Aprendizagem:</b>  Participação/ adesão/ motivação dos participantes  Análise de conteúdo do material escrito e da discussão  Método interrogativo  Observação Participante  <b>- Oficina:</b>  Discussão entre os membros da equipa; Relatório da equipa;

	<p>Promover momentos de convívio;</p> <p>Criação de laços de amizade</p> <p>Promover a empatia entre os participantes e a equipa;</p>	<p><b>“Conhecer Penacova”: Cultura, tradições e locais de interesse</b></p>	<p><b>1 hora</b></p>		<p>/limitações de cada um ao nível da escrita (quem não conseguir terá o apoio da equipa).</p> <p>Questionar sobre os interesses e os objetivos de aprendizagem dos participantes para esta edição.</p> <p>Discussão com as/os participantes sobre Penacova. As palavras ditas pelos participantes serão expostas na parede ou escritas no quadro e darão origem ao nome do grupo.</p>	<p>Quadro ou folhas brancas Canetas Post-it</p>	
--	---	---	----------------------	--	--	---	--

Observações: Na próxima sessão tem que se apresentar o calendário e atividades de saída previstas para esta edição, assim como devem ser assinadas as declarações de autorização de cedência de imagem.

## **Anexo VIII – Relatório de Avaliação da Sessão**

### **Oficina de Alfabetização Letras *Prá* Vida – 1ª Edição**



**Grupo: “Esperança Não Tem Idade”**

**Data:** 13/03/2019

**Nº sessão:** I

**Local:** Biblioteca Municipal de Penacova

**Elementos da equipa presentes:** Dina, Sílvia, Denise, Tatiana , Inês , Tânia , Inês Maria, Patrícia, Estrela, Carolina, Andreia e Paula.

**Caracterização geral do grupo:** Membros do grupo de solidariedade de Miro, e fundação Mário Cunha Brito

#### **Relatório**

**Lista de presenças:** Amélia Antão, António dos Santos, Arménio Luís, Aurora da Conceição, Clementina Henriques, Eugénia Correia, José Alberto, Maria dos Anjos Alves, Maria Fernanda, Maria Isabel Cordeiro, Maria Júlia Batista, Umbelina

#### **Dinâmica da sessão/atividades desenvolvidas:**

A equipa começou por receber os participantes com uma receção afetuosa de ambas as partes, mas como eram dois grupos houve um atraso de um dos grupos o que causou alguma impaciência para os restantes participantes que ansiavam em aprender.

Este tempo de espera foi preenchido com uma conversa entre os participantes e a equipa, e havia jornais e revistas em cima da mesa para promover a leitura neste tempo de espera. Neste tempo de espera, houve membros da equipa que não participaram na conversa com os participantes, mas era importante mudar este comportamento pois houve pessoas que estavam muito caladas e podiam se sentir excluídas.

A equipa começou por ajudar os participantes a preencher os cartões de identificação e os cadernos.

Seguidamente, a Rita como membro da equipa começou por se apresentar dizendo o seu nome, e uma coisa que gostava muito e passou um lápis para um participante como testemunho para ele seguir a apresentação e assim sucessivamente, intercalando com a equipa. Disseram como por exemplo: Passear, vir à biblioteca, ouvir histórias, conviver, ajudar os outros, trabalhar, gostavam de andar mas evidenciando as suas limitações e dançar.

A Dina disse que gostava muito de conhecer Penacova, e começámos com essa palavra geradora, que partindo daí começou por surgir palavras ligadas à gastronomia, monumentos, rios, localidades próximas, que foram escritas num quadro. A partir dessas palavras geradoras, criou-se várias propostas para o nome do grupo como por exemplo: Paisagens de Penacova; A esperança não tem idade ; amores de Penacova, aprender em Penacova, Grupo António José de Almeida; Todos unidos por Penacova; Os guardas de Penacova. Por votação ganhou, A esperança não tem idade, e ficou esse o nome do grupo. Na votação batemos palmas em todas as sugestões.

Depois desta atividade foi preenchido a folha de presenças, e alguns participantes escreveram os objetivos que tinham das sessões ou para a edição e outros escreveram o que gostaram de fazer nesta sessão.

Para finalizar os participantes mostraram interesse em voltar, e que até queriam que fosse todos os dias para aprender mais depressa. (Urgência em aprender, e a necessidade de ter algo para mostrar aos familiares como são capazes e que não estão assim tão velhos, promovendo a autoestima)

**Apreciações gerais/aspetos a ter em conta:** A Dona Maria Fernanda não sabe ler nem escrever, só sabia identificar o A e o I, mas não os sabia escrever. E disse que quando andou na escola a “professora lhe dava pela cabeça a baixo” e saiu da escola com indicação da professora e deveríamos ter isso em atenção. Sentar a dona Fernanda nos lados laterais da mesa para acompanhamento mais próximo de um elemento da equipa. A Dona Eugénia tremia muito e estava muito nervosa porque o seu nome estava tremido.

Alguns participantes trocavam as letras e identificação das mesmas. Algumas das pessoas não identificam as letras à máquina mas só as manuscritas. O senhor Arménio perguntou que idade é que a professora Dina lhe dava e ela deu-lhe mais do que ele tinha e ele não gostou.

**Sugestões para a próxima sessão:** Trazer jornais variados dispostos em cima da mesa. A Rita vai contactar as instituições para perceber se os participantes podem comer os doces conventuais, e resolver a questão dos lanches da manhã. Precisamos de mais régua para os participantes. Quando for para escrever as palavras geradoras, tem de se escrever de duas maneiras: máquina e manuscrita e treinar o singular e plural, o feminino e o masculino. Palavras da mesma família (método de Paulo Freire). Dia 24 de Abril está definido que se vai receber uma contadora de histórias (Brujunça). As pessoas que não disseram os seus objetivos para a edição o possam dizer e/ou escrever. Próximos relatórios devem conter já o nome dos participantes para facilitar a perceção da evolução dos mesmos. Fazer um calendário dos aniversários.